

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/264909909>

Etxebarria, I. (2003). Las emociones autoconscientes: culpa, vergüenza y orgullo. En E. G. Fernández-Abascal, M. P. Jiménez y M. D. Martín (Coor.). Motivación y emoción. La adaptac...

Chapter · January 2003

CITATIONS

0

READS

15,119

1 author:



[Itziar Etxebarria](#)

Universidad del País Vasco / Euskal Herriko Unibertsitatea

23 PUBLICATIONS 127 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Truth and Reconciliation Commission Impact in South America [View project](#)

Las emociones autoconscientes: culpa, vergüenza y orgullo

Itziar Etxebarria*

1. ¿POR QUÉ HABLAMOS DE “EMOCIONES AUTOCONSCIENTES”?
2. OLVIDO Y PROGRESIVO INTERÉS DEL ESTUDIO DE LAS EMOCIONES AUTOCONSCIENTES
3. RASGOS GENERALES DE LAS EMOCIONES AUTOCONSCIENTES
 - 3.1. Las emociones autoconscientes son emociones “secundarias”, “derivadas”, “complejas”
 - 3.2. Las emociones autoconscientes son emociones “sociales”, “morales”
4. RASGOS ESPECÍFICOS DE LAS DISTINTAS EMOCIONES AUTOCONSCIENTES
 - 4.1. Emociones provocadas por autoevaluaciones negativas: vergüenza y culpa
 - 4.2. Emociones provocadas por autoevaluaciones positivas: orgullo y *hubris*
5. ¿ESTOS RASGOS CONCRETOS SON GENERALIZABLES A TODAS LAS CULTURAS?
6. CUESTIONES A DEBATE EN LA ACTUALIDAD
 - 6.1. Sobre la culpa y la vergüenza
 - 6.2. Sobre el *embarrassment*
 - 6.3. Sobre el orgullo

*Este texto es el borrador del capítulo:

Etxebarria, I. (2003). Las emociones autoconscientes: culpa, vergüenza y orgullo. En E. G. Fernández-Abascal, M. P. Jiménez y M. D. Martín (Coor.). *Motivación y emoción. La adaptación humana* (pp. 369-393). Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces.

RESUMEN INTRODUCTORIO

En este capítulo, aclararemos en primer lugar por qué se denomina a la culpa, la vergüenza y el orgullo “emociones autoconscientes”. A continuación, analizaremos brevemente las razones del descuido de estas emociones por parte de la Psicología en el pasado reciente y describiremos el estado de su estudio en la actualidad. Tras abordar estos aspectos introductorios, presentaremos en primer lugar los rasgos generales, comunes, de estas emociones, para pasar a describir después los rasgos específicos de cada una de ellas. En este punto, veremos la descripción que Lewis hace de la culpa, la vergüenza y el orgullo, así como de una cuarta emoción que él propone denominar *hubris*, a partir de su modelo estructural de la elicitación de estas emociones, un modelo según el cual es posible entender las características fundamentales de cada una de ellas a partir del cruce de dos variables básicas: la evaluación de la propia conducta como positiva o negativa y la atribución interna global o específica de dicha conducta.

Tras cuestionar la generabilidad de estos planteamientos a todas las culturas, y en concreto a la nuestra, profundizaremos en cada una de las emociones autoconscientes, en particular en la vergüenza y la culpa, a través de la revisión de las principales cuestiones que hoy en día se están debatiendo e investigando en torno a las mismas. Ello nos llevará a considerar diversos aspectos de especial interés no contemplados en modelos generales como el de Lewis. Así, abordaremos la importante cuestión de las diferencias entre la culpa y la vergüenza, analizando más en detalle no sólo el tipo de eventos y evaluaciones que provocan una y otra emoción, sino también las implicaciones positivas y negativas de estas dos emociones en el ámbito interpersonal, así como en el ajuste psicológico del individuo. Esto nos llevará a matizar algunas ideas muy extendidas hoy en día entre los psicólogos acerca de las mismas: como se verá, ni todo en la vergüenza es negativo, ni la culpa –o, al menos, la culpa de carácter ansioso-agresivo, distinguible de la “culpa empática” y que en el texto se propone denominar “culpa freudiana”– está exenta de riesgos.

En este apartado final abordaremos también otras cuestiones tales como la posibilidad, debatida por los autores anglosajones, de considerar el *embarrassment* como una emoción distinta de *shame* aunque no se halle lexicalizada como tal en muchas lenguas (de hecho en castellano habitualmente se habla, sin más, de “vergüenza” tanto en un caso como en otro) y la cuestión de si existen otras emociones autoconscientes derivadas de autoevaluaciones positivas aparte del orgullo.

1. ¿POR QUÉ HABLAMOS DE “EMOCIONES AUTOCONSCIENTES”?

En los últimos tiempos, los psicólogos tienden a agrupar la culpa, la vergüenza y el orgullo bajo la denominación de “emociones autoconscientes”. La razón de ello es que en estas tres emociones subyace, como rasgo fundamental, **algún tipo de evaluación relativa al propio yo**: estas emociones surgen cuando se produce una valoración positiva o negativa del propio yo en relación con una serie de criterios acerca de lo que constituye una actuación adecuada en diversos ámbitos.

Pese a lo que pueda sugerir la expresión “emociones autoconscientes”, los mismos autores que la utilizan aclaran que la autoevaluación subyacente en dichas emociones no tiene por qué ser explícita ni consciente (Tangney, 1999). Teniendo esto en cuenta, quizás fuera más apropiado denominarlas “emociones autoevaluativas”. No obstante, a lo largo de este capítulo hablaremos de emociones autoconscientes, por ser ésta la denominación más extendida.

En cualquier caso, lo que interesa destacar es que estamos ante reacciones emocionales que tienen como antecedente algún tipo de juicio –positivo o negativo– de la persona sobre sus propias acciones. Teniendo esto en cuenta, es fácil entender la enorme importancia que estas emociones van a tener en el control y la dirección de la propia conducta.

2. OLVIDO Y PROGRESIVO INTERÉS DEL ESTUDIO DE LAS EMOCIONES AUTOCONSCIENTES

En las últimas décadas, como es notorio, se ha producido un gran avance en el estudio de la emoción. Pese a ello, hasta hace muy poco las emociones autoconscientes han estado bastante olvidadas. ¿Cómo puede explicarse el descuido de estas emociones, cuando ejercen un papel tan importante en la vida íntima y social de las personas?

Para entender este descuido hay que tener en cuenta que la investigación sobre

emoción de las últimas décadas se ha centrado más en la elaboración de una teoría general de la emoción que en el estudio en profundidad de las distintas emociones. En este esfuerzo teorizador, se ha prestado especial atención a las emociones básicas y mucha menos a otras emociones en las que el influjo cultural y, por tanto, la variabilidad y complejidad son mayores. Incluso en las mismas emociones básicas se ha profundizado todavía escasamente (salvo en la ira y la tristeza, que siempre han preocupado especialmente a los psicólogos). Por tanto, las emociones autoconscientes no son las únicas en las que se echa en falta más investigación. Pero, ciertamente, parece haber razones específicas que explican la poca atención prestada a estas emociones.

Una primera razón de la escasa atención dirigida a las emociones autoconscientes reside en la especial dificultad de su estudio. El problema no es sólo que estas emociones, al no poseer índices expresivos –en particular, faciales– tan claros como el miedo, la ira, la alegría, la tristeza o el asco, no se presten a la observación directa tan bien como éstas. Su estudio a través de autoinformes también plantea dificultades, pues tanto los psicólogos como la gente de la calle a menudo no distinguen muy bien entre las distintas emociones autoevaluativas, más concretamente, entre la culpa y la vergüenza.

Pero probablemente no sea ésta la principal razón del descuido de las emociones autoconscientes. Otra razón seguramente más importante es que hasta hace muy poco tiempo estas emociones provocaban fuertes reticencias entre los psicólogos. Los problemas metodológicos que se acaban de señalar hacían que, para muchos de ellos, el orgullo, la vergüenza y la culpa resultaran demasiado etéreas para un estudio científico serio. Por otra parte, su inmediata asociación con el psicoanálisis (en el cual estas emociones, especialmente los sentimientos de culpa, siempre han ocupado un lugar central) generaba bastante recelo. Por si esto fuera poco, sus evidentes implicaciones en el ámbito de la moralidad, señaladas tanto desde el psicoanálisis como desde la antropología y la filosofía, provocaban aún más reticencias entre quienes pretendían realizar un abordaje objetivo,

científico, de las emociones.

Pese a todo, en los últimos años el interés por estas emociones ha ido progresivamente en aumento. Así, cabe señalar que ya en 1988 se celebró en Asilomar (California) un congreso específico sobre este tema y en la década de los 90 se han editado interesantes compilaciones sobre estas emociones (Bybee, 1998; Tangney y Fischer, 1995). Asimismo, los mejores manuales de emoción dedican en la actualidad uno o varios capítulos específicos a las mismas (Ben-Ze'ev, 2000; Lewis, 2000; Tangney, 1999).

Como resultado de este progresivo interés, hoy en día existe un corpus teórico y empírico considerable sobre el tema. Sin embargo, son también muchas aún las lagunas y las cuestiones por clarificar. Por otra parte, hay que decir que el volumen de investigación sobre las distintas emociones autoconscientes es muy desigual. Existe ya bastante investigación acerca de la culpa y la vergüenza, pero muy poca aún sobre el orgullo.

3. RASGOS GENERALES DE LAS EMOCIONES AUTOCONSCIENTES

La culpa, la vergüenza y el orgullo, además de implicar todas ellas algún tipo de valoración relativa al propio yo como elemento antecedente y esencial, comparten otros importantes rasgos. Veámoslos a continuación.

3.1. Las emociones autoconscientes son emociones “secundarias”, “derivadas”, “complejas”

Algunos neodarwinistas como Tomkins, Izard o Ekman consideran estas emociones o al menos algunas de ellas –en particular, la vergüenza– tan “básicas” como la ira, la tristeza, la alegría, el miedo, el asco o la sorpresa. No obstante, la mayor parte de los autores considera a las emociones autoconscientes emociones “secundarias”, “derivadas”, en la medida en que dichas emociones parecen surgir como resultado de diversas transformaciones de otras más básicas. En este sentido, Mascolo y Fischer (1995), en su

minuciosa descripción del desarrollo de estas emociones, señalan que el orgullo hunde sus raíces en la alegría que experimenta el bebé cuando una acción suya tiene un resultado positivo (por ejemplo, agarrar un pequeño cubo y tirarlo al suelo), la vergüenza, en el malestar que el bebé siente ante una acción similar con resultado fallido, y la culpa (más concretamente, los sentimientos de culpa por infligir un daño a otros), en el malestar que experimenta ante el llanto de otro niño o niña que él ha provocado (por ejemplo, pegándole).

Asimismo, la mayor parte de los autores considera a las emociones autoconscientes emociones “**complejas**”. Ello se debe a que estas emociones –según el punto de vista mayoritario– **requieren el desarrollo previo de ciertas habilidades cognitivas**. En concreto, la mayoría de los autores coincide en que para que aparezcan estas emociones se ha de dar como condición necesaria el desarrollo de una cierta noción del yo como separado de los demás, de una cierta autoconciencia. Hasta que dicha noción no se ha desarrollado mínimamente, no pueden aparecer este tipo de emociones.

En apoyo de este punto de vista, Lewis y colaboradores (1989) realizaron una serie de estudios que muestran que el desarrollo de la capacidad de sentir vergüenza, más concretamente, lo que en inglés se denomina *embarrassment* discurre paralelo al del autorreconocimiento. Estos autores observaron que los primeros signos de *embarrassment* en los niños (sonreír y al mismo tiempo evitar la mirada, tocarse la cara, etc.) aparecían entre los 15 y los 24 meses, justo en la misma fase de desarrollo en que emergía en ellos un sentido rudimentario del yo. Además, los niños que mostraban autorreconocimiento en una prueba (tocándose la nariz al vérsela pintada en un espejo) eran exactamente los mismos que mostraban signos de sentir *embarrassment* en una prueba diferente. Los que no se reconocían en un contexto, no mostraban ningún signo de *embarrassment* en el otro.

El *embarrassment* parece ser la más rudimentaria de las emociones autoconscientes, al menos de las de carácter negativo. Para la mayoría de los autores, otras exigirían habilidades cognitivas más complejas –algunas relativamente sofisticadas como la capacidad

de valorar las propias acciones en relación con unos estándares y normas— y, por tanto, aparecerían más tarde. Cuáles sean las habilidades requeridas en cada emoción y el momento de aparición de cada una de ellas es una cuestión todavía sujeta a debate.

En cualquier caso, en diversos estudios se ha constatado que ya para los 2-3 años los niños presentan muchas manifestaciones prototípicas del orgullo (mirada triunfante, cuerpo erguido, etc., ante el éxito, sobre todo si la tarea es difícil), la vergüenza (cuerpo encogido, cabeza baja, etc., ante el fracaso en una tarea, sobre todo si es fácil) y la culpa (intentos de reparación tras agredir a otro niño o niña). Ello parece cuestionar los planteamientos de quienes sostienen que estas emociones requieren el desarrollo previo de habilidades cognitivas muy sofisticadas.

3.2. Las emociones autoconscientes son emociones “sociales”, “morales”

Las emociones autoconscientes son también designadas por algunos autores como “**emociones sociales**”. En este caso lo que se subraya son sus importantísimos aspectos sociales, algo sobre lo que existe amplio acuerdo entre los teóricos de la emoción.

En efecto, estas emociones tienen importantes **aspectos interpersonales**:

- En primer lugar, dichos aspectos se hallan **presentes en su desarrollo**. El desarrollo en el niño de unos criterios acerca de lo correcto y lo incorrecto, lo deseable y lo rechazable en la forma de comportarse, es básicamente fruto de la interiorización de los valores y las normas de su cultura. Dicho desarrollo es también, en parte, resultado de la construcción del propio niño, pero dicha construcción no se da en el vacío, sino que se asienta en las experiencias cotidianas del niño en sus interacciones sociales (con sus padres, sus amigos, etc.).
- En segundo lugar, estas emociones son también “sociales” por cuanto la mayor parte de las veces **surgen en contextos interpersonales**. Esto parece bastante claro

en el caso de la vergüenza, y a menudo ha sido sugerido como un rasgo que diferencia a ésta de la culpa, pero diversos estudios con muestras americanas y españolas (Baumeister, Reis y Delepaul, 1995; Etxebarria, Isasi y Pérez, 2002) han puesto de relieve que los sentimientos de culpa se asocian también especialmente a problemas interpersonales (infligir algún daño a otro, fallarle en algo, no tenerlo suficientemente en cuenta, etc.). La importancia de la mirada y la valoración ajena en el surgimiento de las reacciones de orgullo es también innegable.

- Por último, estas emociones **conllevan tendencias de acción con importantes implicaciones interpersonales**. Así, por ejemplo, la persona que se siente culpable siente la necesidad de reparar de algún modo la falta, la necesidad de pedir disculpas y, en la medida de lo posible, enmendar la acción. Estas conductas, cuando se llevan a cabo, cumplen un papel fundamental en la reparación de las relaciones interpersonales que han podido resultar dañadas como consecuencia de las acciones u omisiones de la persona. Por otra parte, la culpa anticipada ayuda a preservar las relaciones interpersonales, al favorecer que tales acciones u omisiones no se produzcan. Como veremos más adelante, la vergüenza y el orgullo tienen también importantes consecuencias en el ámbito interpersonal.

Las implicaciones de todo esto en el terreno moral son obvias. Junto con la empatía, estas emociones juegan un papel fundamental como elementos motivadores y controladores de la conducta moral. Esto es muy claro en el caso de la culpa, pero también es aplicable a la vergüenza y el orgullo. Al igual que la culpa, la vergüenza actúa como un factor inhibitor de muchas conductas inmorales (o que se tienen por tales); además, en un sentido más positivo, es obvio que muchas acciones altamente morales se llevan a cabo simplemente porque uno sentiría vergüenza de no hacerlo. Y tampoco podemos olvidar aquí el importante papel que el orgullo sentido ante la buena acción, en especial si es costosa, ejerce en el reforzamiento

de futuros cursos de acción similares.

El papel de estas emociones en el ámbito moral ha sido objeto de reflexión de muchos filósofos a lo largo de la historia y ha sido destacado también por autores de nuestro campo como Freud o, más recientemente, Hoffman (1982). Es en este sentido en el que algunos autores designan a estas emociones como **emociones “morales” o “sociomorales”**.

Shame and guilt are noble emotions essential in the maintenance of civilized society, and vital for the development of some of the most refined and elegant qualities of human potential –generosity, service, self-sacrifice, unselfishness and duty.

Williard Gaylen

4. RASGOS ESPECÍFICOS DE LAS DISTINTAS EMOCIONES AUTOCONSCIENTES

Al mismo tiempo que comparten una serie de rasgos, es evidente que cada una de las emociones autoconscientes posee características específicas: surge ante un tipo particular de eventos, supone una experiencia subjetiva diferente y conlleva unas tendencias de acción también diferentes. Sin embargo, no resulta tarea fácil definir exactamente qué es lo que distingue a las diversas emociones autoconscientes entre sí. El orgullo se distingue nítidamente de la culpa y la vergüenza, pero la distinción entre estas dos últimas plantea bastantes problemas, especialmente en lo relativo al tipo de eventos que las provocan.

En una primera aproximación a los rasgos específicos de cada una de estas emociones, resulta muy útil el modelo propuesto por Michael Lewis (2000). Este autor, uno de los que más ha profundizado en las emociones autoconscientes, propone un modelo

estructural de la elicitación de las mismas en el cual es posible entender las características fundamentales de cada una de estas emociones a partir del cruce de dos variables básicas: la evaluación de la propia conducta como positiva o negativa y la atribución interna global o específica de dicha conducta (véase cuadro 1).

CUADRO 1. *Modelo de Lewis de la elicitación de las emociones autoevaluativas.*

Evaluación en relación con estándares, reglas y metas			
Éxito	Fracaso		
HUBRIS	VERGÜENZA	Global	Atribución interna
ORGULLO	CULPA	Específica	

Un primer proceso que interviene en la elicitación de estas emociones es la **evaluación** las propias acciones, pensamientos o sentimientos como **éxitos o fallos** en relación con una serie de estándares, reglas y metas. El éxito o fallo percibido provoca la autorreflexión, la cual da lugar a un segundo proceso fundamental en la elicitación de estas emociones: la evaluación de las acciones, pensamientos y sentimientos como éxitos o fallos que dependen de uno mismo, es decir, la **atribución interna** de dichos éxitos o fallos. Esta atribución puede ser **global o específica**, es decir, la evaluación de éxito o fallo puede referirse al yo en su conjunto o únicamente a la acción, pensamiento o sentimiento concreto. Según la evaluación sea de éxito o fallo, global o específica, surgirá una u otra emoción.

Teniendo en cuenta lo que acabamos de ver, es lógico que sea difícil definir con claridad un tipo de eventos externos específicos como antecedentes prototípicos de cada una de estas emociones. Las estándares, reglas y metas pueden diferir no sólo de una cultura a otra sino también de una persona a otra; de este modo, una misma acción puede ser evaluada como un éxito por una persona y como un fallo por otra. Igualmente, aunque algunas acciones tienden a provocar atribuciones específicas y otras, globales, la misma acción puede dar lugar a un tipo de atribuciones u otras dependiendo de las personas y de factores situacionales.

En definitiva, está claro que los eventos concretos capaces de provocar cada una de estas emociones en una persona y un momento dados pueden ser de lo más variados. No obstante, parece que en ellas subyacen dos dimensiones fundamentales: la evaluación de éxito o fallo y la atribución global o específica.

A partir de este modelo, Lewis (2000) distingue cuatro emociones autoconscientes: la culpa, la vergüenza, el orgullo y una cuarta que propone denominar *hubris*. La vergüenza es elicitada por una evaluación negativa del yo de carácter global. La culpa surge también cuando se da una evaluación negativa, pero en este caso la evaluación es específica, se focaliza en la acción y no se refiere al yo en su conjunto. El orgullo surge cuando la persona realiza una evaluación positiva centrada en una acción concreta y, por tanto, específica. Por último, Lewis propone el término griego *hubris* para designar una emoción que en el inglés común no estaría lexicalizada (tampoco en castellano) y que sería el resultado de una evaluación positiva del yo de carácter global.

A partir de este esquema, Lewis nos ofrece una descripción de los rasgos fundamentales de cada una de estas emociones. A continuación presentaremos dicha descripción.

4.1. Emociones provocadas por autoevaluaciones negativas: vergüenza y culpa

La vergüenza surge cuando se da una evaluación negativa del yo de carácter global. La experiencia fenomenológica de la persona que experimenta vergüenza es el deseo de esconderse, de desaparecer (“tierra trágame”, decimos en castellano). Es éste un estado muy desagradable, que provoca la interrupción de la acción, una cierta confusión mental y cierta dificultad, cierta torpeza, para hablar. Físicamente, se manifiesta en una especie de encogimiento del cuerpo: la persona que siente vergüenza se encorva como si quisiera desaparecer de la mirada ajena. En la medida en que supone un ataque global al yo que resulta muy doloroso, la persona va a intentar librarse de este estado emocional. Pero ello no resulta tan fácil como reparar una acción concreta, y a menudo la persona, a fin de librarse de la vergüenza, acaba recurriendo a mecanismos tales como la reinterpretación de los eventos, la disociación del yo, el olvido (represión) de la situación, etc.

La culpa surge de una evaluación negativa del yo más específica, referida a una acción concreta. Desde el punto de vista fenomenológico, las personas que sienten culpa también experimentan dolor, pero en este caso el dolor tiene que ver con el objeto del daño que se ha hecho o con las causas de la acción realizada (o, simplemente, pensada). En la medida en que el proceso cognitivo-atribucional se centra en la conducta y no en la globalidad del yo, la experiencia de culpa no es tan displacentera ni provoca tanta confusión como la de vergüenza. Por otra parte, la culpa tampoco lleva a la interrupción de la acción. De hecho, esta emoción conlleva una tendencia correctora que a menudo conduce más bien a la puesta en marcha de conductas orientadas a reparar la acción negativa, así como a una reconsideración de la forma de actuación futura. En cuanto a su expresión no verbal, mientras que en la vergüenza la persona se encorva en un esfuerzo por esconderse y desaparecer, en la culpa, según algunos estudios con niños pequeños (Barrett y Zahn-Waxler, 1987), la persona tendería más bien a moverse inquieta por el espacio, como si tratara de ver qué puede hacer para reparar su acción; además, en la culpa tampoco se da el rubor facial que aparece en muchas personas cuando experimentan vergüenza. Por último,

dado que la culpa se centra en una conducta concreta, las personas pueden librarse de este estado emocional con relativa facilidad a través de la acción correctora. Ahora bien, ésta no siempre es viable, y, como consecuencia, este estado emocional a veces puede resultar también muy displacentero.

En definitiva, según Lewis, la culpa, en principio, posee una intensidad negativa menor, es menos autodestructiva y, en la medida en que implica tendencias correctoras, se revela como una emoción más útil que la vergüenza.

4.2. Emociones provocadas por autoevaluaciones positivas: orgullo y *hubris*

El orgullo surge como consecuencia de la evaluación positiva de una acción propia. La experiencia fenomenológica de la persona que siente orgullo por algo (una acción, un pensamiento, un sentimiento que considera loables) es de alegría, de satisfacción por ello; el sujeto se halla como atrapado, absorto, en la acción que le hace sentirse orgulloso. Al ser un estado positivo, placentero, la persona va a tratar de reproducirlo. De este modo, el orgullo conlleva una tendencia a la reproducción de las acciones que lo suscitan, es decir, una tendencia a continuar en una línea de acción que la persona evalúa como positiva.



Michael Lewis

Hubris designa una especie de orgullo exagerado. Surge como consecuencia de una evaluación positiva del yo de carácter global. En este caso, el yo en su conjunto es objeto de loa por parte del propio sujeto. *Hubris* se asocia a expresiones tales como “estar pagado de sí mismo”. En casos extremos se asocia a narcisismo. La experiencia fenomenológica del sujeto que siente *hubris* es muy positiva y reforzante; en este estado, al contrario que en el de la vergüenza, la persona se siente estupendamente, satisfecha consigo misma. Al ser un estado tan satisfactorio, la persona va a tratar de mantenerlo. Pero ello, según Lewis, no

resulta fácil, puesto que este estado no se asocia a una acción concreta. Sin embargo, estos sentimientos tienen algo de adictivos, por lo que la persona se ve impelida a reproducirlos a toda costa; para ello, provocará como sea situaciones que los susciten, alterará los criterios a partir de los cuales evalúa sus acciones, reevaluará lo que constituye un éxito, etc.

Las personas con *hubris*, en general, provocan rechazo en los demás. Ello es lógico, pues esta emoción puede resultar conflictiva en el terreno interpersonal: este estado a menudo interfiere en los deseos y necesidades de los otros y es fácil que dé lugar a conflictos interpersonales. Además, dado el sentimiento de superioridad y el desdén hacia los demás asociados a este estado, la persona que experimenta *hubris*, con su modo de actuar, puede hacer que otras personas se sientan humilladas.

5. ¿ESTOS RASGOS CONCRETOS SON GENERALIZABLES A TODAS LAS CULTURAS?

El modelo de Lewis puede servir como una primera aproximación a la naturaleza de cada una de estas emociones. Pero, ¿en qué medida es válido? Concretamente, ¿puede afirmarse que lo que fundamentalmente distingue los antecedentes de la vergüenza y los de la culpa es el carácter global/específico de la autoevaluación negativa subyacente? ¿Es esto así en todas las culturas?, ¿no puede ser que los términos correspondientes a *shame* y *guilt* en otras culturas, y concretamente en la nuestra, posean unos límites semánticos algo diferentes a los del mundo anglosajón?

Este último interrogante refleja un problema que conviene tener presente en todo momento en el estudio de la emoción y, muy especialmente, en el estudio de las emociones secundarias: el problema de las diferencias semánticas en diversas culturas entre términos aparentemente intercambiables. Es éste un problema real, que plantea serias dificultades para llegar a conclusiones científicas generales acerca de la naturaleza de estas emociones.

Cuando se compara la clasificación de las emociones en familias y subfamilias en

distintas culturas se constata que las diferencias culturales no se dan únicamente a nivel de las emociones más específicas. A nivel de las familias básicas, las distintas culturas presentan ciertamente muchas similitudes, pero también algunas diferencias importantes. Un estudio comparativo realizado por Shaver, Wu y Schwartz (1992) ilustra muy bien esta cuestión. Estos autores pidieron a personas de Estados Unidos, Italia y la República Popular China que agruparan las distintas emociones por familias. Los análisis mostraron la existencia de cinco familias básicas comunes a las tres culturas: las de la ira, la tristeza, el miedo, el amor y la felicidad. Pero en los chinos aparecía una categoría básica más, que los autores designaron como “shame”. Esta categoría incluía dos subcategorías, “guilt/regret” y “shame” (según los términos de los propios autores), cada una de las cuales incluía a su vez toda una serie de emociones específicas. En los occidentales, “shame” no aparecía como una familia básica sino como una subcategoría de la tristeza.

Nuestra cultura se encuentra, sin duda, mucho más cercana a la italiana y a la norteamericana que a la china, pero la correspondencia entre los términos emocionales ingleses y los castellanos tampoco es perfecta. Así, por ejemplo, en cuanto nos adentramos en el análisis de la culpa y la vergüenza encontramos que en inglés tienen dos términos diferentes (*shame* y *embarrassment*) para designar algo que nosotros habitualmente designamos sin más como vergüenza. Asimismo, da la impresión de que el término inglés *shame* se halla más cercano a lo que para nosotros es la culpa que el término castellano vergüenza. Como se recoge en el cuadro 2, un estudio comparativo sobre el uso de estos términos en castellano y vasco parlantes y en anglosajones apoya estas observaciones.

CUADRO 2. *Culpa y vergüenza en castellano, euskera e inglés*

En un estudio en el que se compararon las emociones asignadas a distintas situaciones por parte de una muestra vasca y otra anglosajona, se encontró que en las situaciones en que los participantes vascos decían simplemente que sentirían “vergüenza” (*lotsa* en euskera), los anglosajones utilizaban dos términos emocionales: *embarrassment*, cuando la persona se sentía expuesta a la mirada ajena y cometía una falta leve, mínima, y *shame* cuando había sentido de exposición y la falta era más seria, fuera de carácter moral o no (Pascual, Pérez, Etxebarria e Isasi, 2003).

Por otra parte, los resultados de dicho estudio revelaron también que *shame* se halla más próximo a lo que en castellano se entiende por culpa (y *erru sentimendua* en euskera) que el término castellano vergüenza. Así, cuando en la muestra anglosajona se pedían dos conglomerados, las dos situaciones evocadoras de *shame* tendían a juntarse en un mismo conglomerado con las dos de *guilt*, dejando sola en el otro conglomerado a la situación de *embarrassment*.

Así pues, conviene ser prudentes a la hora de plantear conclusiones generales sobre estas emociones. La mayor parte del corpus teórico al respecto se basa en un conjunto de estudios que, en su mayoría, se han realizado a través de autoinformes con muestras de hablantes anglosajones, y, por tanto, las conclusiones de los mismos quizás no sean totalmente válidas en otras culturas y en concreto en la nuestra.

6. CUESTIONES A DEBATE EN LA ACTUALIDAD

El tema, incluso en el mismo ámbito anglosajón, no está tan claro como el modelo de Lewis da a entender. Sobre las diferencias entre la culpa y la vergüenza, en concreto, se ha dado un amplio debate, que aún sigue abierto. En las páginas siguientes presentaremos las principales aportaciones sobre ésta y otras cuestiones fundamentales que en los últimos tiempos centran la atención de los investigadores en este campo. Nos extenderemos más en las emociones derivadas de autoevaluaciones negativas, pues, como ya se ha señalado, el volumen de trabajos acerca de ellas es incomparablemente mayor.

6.1. Sobre la culpa y la vergüenza

Tanto entre los psicólogos como entre la gente común, los términos culpa y vergüenza a menudo se mencionan en relación con un mismo tipo de eventos o situaciones. Ello parece indicar que estas dos emociones se encuentran realmente muy próximas. Pero, al mismo tiempo, la propia experiencia cotidiana nos dice que tanto lo que nos provoca una y otra emoción como la experiencia subjetiva de cada una de ellas es bien diferente. El problema es que, cuando intentamos definir dónde reside la diferencia y por fin creemos dar con un rasgo que nítidamente distingue una y otra emoción, inmediatamente se nos ocurren ejemplos de la vida cotidiana en los que dicho rasgo es compartido por ambas. La distinción, pues, no es tan sencilla. De hecho, como ya se ha señalado, existe un amplio debate al respecto. El interés de este debate no es meramente académico, pues dilucidar esta cuestión es fundamental para clarificar las implicaciones de una y otra emoción en el ámbito interpersonal y en el ajuste psicológico, dos cuestiones de sumo interés y que preocupan especialmente a los psicólogos.

6.1.1. *¿En qué se diferencian la culpa y la vergüenza?*

De forma muy sintética, podemos decir que, en torno a esta cuestión, existen tres

posiciones fundamentales:

- 1) Según un primer punto de vista (Ausubel, 1955; Benedict, 1946; Mead, 1937), muy extendido entre los científicos sociales, la vergüenza es una emoción más **pública**, una emoción que surge de la desaprobación de los demás y requiere de la presencia (real o imaginada) de los otros, mientras que la culpa es una emoción más **privada**, que surge de la propia desaprobación y no requiere de observadores externos.
- 2) Según un segundo punto de vista, una y otra emoción son elicítadas por distintos tipos de transgresiones o fallos. Así, Piers y Singer (1971), basándose en la teoría psicoanalítica, sostienen que la culpa aparece cuando se transgreden ciertas **normas o reglas**, y la vergüenza, en cambio, cuando no se alcanzan ciertos **estándares o metas**. En términos psicoanalíticos, mientras que la culpa es el resultado de un conflicto entre el yo y el *superyó* o conciencia moral, la vergüenza surge de un conflicto entre el yo y el *yo ideal*.
- 3) Las dos posiciones anteriores coinciden en que lo determinante es el tipo de evento antecedente. Sin embargo, según un tercer punto de vista, defendido especialmente por Tangney (1999), lo que diferencia a la culpa y la vergüenza no es tanto el tipo de evento antecedente como el modo en que la persona interpreta sus transgresiones o fallos. Esta autora, basándose en la distinción propuesta en su día por Helen Block Lewis (1971), sostiene que mientras que en la experiencia de vergüenza el foco de atención de la persona es **el self** (*Yo hice esa cosa horrible*), en la de culpa lo es **la conducta** (*Yo hice esa cosa horrible*). Esta diferencia, aparentemente sutil, hace que la experiencia fenomenológica de una y otra emoción, así como sus implicaciones en el terreno social y personal, sean muy diferentes.

Tangney ha realizado numerosos estudios a partir de los cuales concluye que la

evidencia empírica cuestiona las dos primeras distinciones y, en cambio, apoya claramente la tercera. Lo cierto es que esta última se ha convertido hoy en día en el punto de vista dominante entre los investigadores de este campo (Baumeister, Stillwell y Heatherton, 1994; Hoffman, 1998; Tangney, 1995a). Como se puede apreciar, los planteamientos de M. Lewis (2000) anteriormente expuestos coinciden con este punto de vista.



June Tangney

Sin embargo, también hay datos empíricos que apoyan las otras distinciones propuestas. La misma Tangney (1999) ha encontrado en estudios propios que si bien las transgresiones morales tienden a provocar culpa o vergüenza más o menos por igual, los fallos no morales tienden más bien a provocar vergüenza. Asimismo, un ambicioso estudio realizado por Wallbott y Scherer (1995), en el que se compararon las experiencias de vergüenza y de culpa en una muestra de 2921 personas de 37 países, apoya las otras dos propuestas. En dicho estudio, el análisis de las diferencias entre la culpa y la vergüenza en el conjunto de la muestra reveló que 1) mientras que la vergüenza a menudo es provocada por factores externos, la culpa es una experiencia emocional más interna, y 2) mientras que la vergüenza se asocia al fracaso en el logro de metas, la culpa se asocia a la transgresión de normas.

Por otra parte, en este estudio, el análisis de las diferencias entre los distintos grupos culturales reveló que las dos diferencias entre la culpa y la vergüenza que se acaban de señalar eran en unos países (entre los que se encontraban España y varios países más de habla española como México, Venezuela y Chile) más nítidas que en otros (entre los que se encontraban dos de habla inglesa, como EEUU y Nueva Zelanda, y otros países con fuerte influencia de la ética protestante). En este último grupo de países, la experiencia de vergüenza tendía a presentar algunos rasgos de la de culpa (de nuevo este dato sugiere que el

término inglés *shame* se halla más cercano a lo que para nosotros es la culpa que el término castellano vergüenza).

Estos datos merecen atención, ya que sugieren que quizás las distinciones alternativas a la defendida por Tangney -las distinciones pública/privada y fallos morales/no morales- no sean decisivas en las culturas de influencia inglesa, pero sí lo sean en otras, y en concreto en la nuestra. En el cuadro 3 se presentan los resultados de un estudio sobre esta cuestión realizado sobre una muestra española.

CUADRO 3. Diferencias entre culpa y vergüenza en nuestro contexto cultural

El estudio de Pascual y colaboradores (2003) anteriormente citado permite concluir que bajo el término **vergüenza** en castellano se engloban experiencias emocionales provocadas, al menos, por tres tipos de situaciones: 1) situaciones en las que hay un sentido de exposición, esto es, la persona queda expuesta al juicio de otros, y se ha cometido una falta mínima, muy leve (éstas serían las situaciones en las que en inglés se hablaría de *embarrassment*), 2) situaciones en las que hay un sentido de exposición y se ha cometido una falta más seria pero no moral, y 3) situaciones en las que hay un sentido de exposición y se ha cometido una falta también seria y de carácter moral (a la vergüenza provocada por este tipo de situaciones Pascual, en la línea de Morrison, 1997, propone denominarla “vergüenza moral”). Por otra parte, bajo el término **culpa** se engloban experiencias emocionales provocadas por, al menos, dos tipos de situaciones: 1) situaciones en las cuales la persona comete una falta que supone un daño para una tercera persona (“culpa interpersonal”) y 2) situaciones en las que la persona contraviene su propio sentido de lo que “debe” ser (“culpa intrapersonal”).

Además, los resultados de dicho estudio apoyan la validez de los siguientes criterios para discriminar entre una y otra emoción en nuestro contexto cultural: **la influencia del juicio ajeno, la percepción de controlabilidad del acto y la tendencia a la huida/reparación**. No apoyan, en cambio, el criterio relativo al diferente foco de atención yo/conducta.

En otras palabras, dichos resultados llevan a concluir que en nuestra cultura, la culpa, en comparación con la vergüenza, depende, más que del juicio negativo de los demás, del juicio negativo del propio sujeto sobre su acción, una acción que el sujeto percibe como controlable. Además, la culpa, si bien a veces puede llevar también a la huida de la situación para eludir un castigo que se intuye severo, normalmente no lo hace, y en cambio favorece la puesta en marcha de algún tipo de acción para solucionar la situación.

No obstante, los resultados de este estudio muestran que hay un tipo de experiencia emocional, la “**vergüenza moral**”, que, aunque queda subsumida en el término castellano vergüenza y de hecho presenta claros rasgos de la vergüenza (mayor influencia del juicio ajeno, percepción del acto como menos controlable, mayor tendencia a la huida), presenta **algunos rasgos en común con la culpa**: en particular la tendencia a la reparación, pero también el hecho de que el acto que la provoca es percibido por la persona no simplemente como un comportamiento no deseable, sino como malo ética/moralmente, tal como ocurre en el caso de la “culpa interpersonal”, el tipo de culpa más frecuente.

En conclusión, aunque la distinción self/conducta ha encontrado amplio apoyo empírico en los estudios realizados en el mundo anglosajón, no se puede descartar sin más el papel de otros aspectos en las diferencias entre culpa y vergüenza ni en el área anglosajona ni, desde luego, en la nuestra.

6.1.2. Implicaciones de la culpa y la vergüenza en el ámbito interpersonal

Un aspecto en el que las diferencias entre la culpa y la vergüenza están más claras es el de sus tendencias de acción y, consiguientemente, sus implicaciones interpersonales. Veamos ahora este punto.

Mientras que la vergüenza provoca el **deseo de escapar de la situación, de desaparecer**, la culpa mantiene a la persona ligada a la situación interpersonal, señalándole el camino hacia la acción reparadora. Más que respuestas de evitación, los sentimientos de culpa provocan **deseos de confesar, pedir perdón, reparar el daño hecho y actuar de otro modo en el futuro**. Teniendo esto en cuenta, suele considerarse que la culpa constituye una emoción más positiva, con un mayor valor moral, que la vergüenza.

No obstante, habría que matizar esta afirmación. Los sentimientos de vergüenza, al igual que los de culpa, pueden jugar un papel determinante en la acción y estar en la base de acciones altamente morales en favor de los demás. Pensemos en los relatos de personas que han vivido situaciones extremas donde el compromiso con una causa –como, por ejemplo, la ayuda a los judíos perseguidos en la Alemania nazi– implicaba altos costes. Muchas de estas personas, ante la pregunta de qué les movió a actuar de ese modo, dicen que sentían que tenían que hacerlo, porque si no, habrían sentido vergüenza de sí mismas posteriormente. Del mismo modo, muchas acciones miserables no se llevan a cabo simplemente por vergüenza, “vergüenza moral”.

En cualquier caso, junto a las diferentes tendencias de acción señaladas, dos conjuntos de datos sugieren que los sentimientos de culpa son más positivos en el ámbito

interpersonal.

En primer lugar, diversos estudios muestran que **la culpa** (tanto la culpa “rasgo” o disposicional como la culpa “estado” o situacional) **tiende a asociarse con la empatía**. En efecto, se ha constatado que las personas tendentes a sentir culpa suelen ser personas bastante empáticas, mientras que las tendentes a la vergüenza, ante el sufrimiento ajeno, son poco propensas a experimentar empatía centrada en el otro y, en cambio, tienden a experimentar malestar personal (Tangney, 1991). Igualmente, cuando las personas describen sus experiencias de culpa mencionan mayores sentimientos empáticos hacia las otras personas implicadas en la situación que cuando describen experiencias de vergüenza (Tangney, Marschall, Rosenberg, Barlow y Wagner, 1994).

Esta estrecha relación entre empatía y culpa es consistente con los planteamientos de Hoffman (1998), quien sostiene que la “culpa interpersonal” surge de la conjunción de la reacción empática ante el sufrimiento ajeno y la conciencia de ser el agente causal de dicho sufrimiento. La asociación entre culpa y empatía resulta también lógica si se toma en consideración la distinción entre culpa y vergüenza que defiende Tangney (1995a, 1999): la vergüenza, al focalizarse en el yo en su conjunto, deja poco espacio para la atención al sufrimiento ajeno, mientras que la culpa, al focalizarse en la conducta específica, favorece, en principio, que el sujeto atienda a las consecuencias de su conducta en los otros.

En segundo lugar, diversos estudios muestran que **la vergüenza** (tanto disposicional como situacional) **tiende a asociarse con la ira**. Así, se ha constatado que las personas tendentes a la vergüenza suelen ser también tendentes a los sentimientos de ira, hostilidad, resentimiento y suspicacia, mientras que las tendentes a la culpa no muestran tales rasgos (Tangney, 1995b). Asimismo, se ha constatado que la disposición a experimentar vergüenza se asocia a una mala regulación de la ira, mientras que la disposición a la culpa se asocia a una regulación constructiva de la misma (Tangney, Wagner, Barlow, Marschall y Gramzow, 1996). Los estudios sobre la vergüenza situacional muestran resultados similares: las

experiencias de vergüenza, en general, implican una mayor animadversión y agresividad hacia los otros que las de culpa (Tangney, 1995b; Wicker, Payne y Morgan, 1983).

Tangney (1999) explica esta asociación entre vergüenza e ira señalando que, en la experiencia de vergüenza, la hostilidad que inicialmente se dirige hacia uno mismo fácilmente puede volverse hacia el exterior en un esfuerzo por proteger al yo. Sin embargo, bien podría ser que esta tendencia de la vergüenza a transformarse en hostilidad fuera típica de países como los EEUU, que promueven un yo *independiente*, y no tanto de otras culturas como muchas asiáticas, que promueven un yo más *interdependiente*, y en las que más bien serían las reacciones de orgullo las que se vivirían como amenazantes y provocarían la puesta en marcha de estrategias para reducir las (Kitayama, Markus y Matsumoto, 1995).

Aunque la vergüenza no se transforme en hostilidad necesariamente, el conjunto de datos empíricos que se acaban de señalar nos lleva a concluir que la culpa es una emoción más positiva que la vergüenza en el plano interpersonal.

6.1.3. *Implicaciones de la culpa y la vergüenza en el ajuste psicológico*

Pero, ¿ocurre lo mismo en el plano individual?, ¿la culpa es también positiva para la persona, o, por el contrario, es una emoción que no acarrea más que sufrimiento y que puede estar en la base de muy diversos problemas psíquicos?

Sobre las implicaciones de la **culpa** en el ajuste psicológico existe un amplio debate, en el cual se dan básicamente **dos posiciones**:

- 1) Según la primera posición, que hunde sus raíces en Freud, la culpa tiene **un carácter muy negativo para el individuo**. Según Freud (1930/1973), los sentimientos de culpa, dada su naturaleza fuertemente inhibitoria, su asociación con la necesidad de castigo y su tendencia a desencadenar múltiples mecanismos de defensa, acaban dando lugar a numerosos síntomas y conductas desadaptativas; su presencia es palpable en muchas patologías psíquicas. Estos

planteamientos han ejercido un gran influjo entre los clínicos en las pasadas décadas. En la actualidad, este punto de vista es defendido, entre otros, por Harder (1995).

- 2) Según una segunda posición, más reciente, la culpa tiene **un carácter bastante menos negativo** para la salud psíquica de lo que habitualmente se supone. Tangney (1991, 1995a) defiende este punto de vista señalando que cuando se tiene en cuenta la distinción self/conducta entre vergüenza y culpa, los datos empíricos revelan que, mientras que la tendencia a la vergüenza se asocia a diversos síntomas patológicos, la tendencia a sentir culpa no se asocia a un mal ajuste psicológico. Los efectos patológicos de la culpa, señalados una y otra vez por los clínicos, se producen cuando ésta aparece fusionada con la vergüenza. Es entonces cuando la culpa lleva a la rumiación obsesiva y al autocastigo.

Hoy por hoy, la cuestión no puede darse por resuelta. Existen datos empíricos en apoyo de ambas posiciones. Por un lado, diversos estudios empíricos han encontrado que tanto la tendencia a la culpa como la tendencia a la vergüenza se asocian a síntomas psíquicos (Harder, 1995; Jones y Kluger, 1993). Pero, por otro lado, Tangney ha llevado a cabo diversos estudios que muestran que, efectivamente, cuando se parte de la distinción self /conducta, la tendencia a experimentar culpa “libre de vergüenza” no se asocia a síntomas psíquicos (Tangney, Burgraff y Wagner, 1995). Aunque dichos estudios parecen apoyar claramente la posición de la autora, antes de dar por zanjado el debate conviene recordar que, tal como se ha señalado anteriormente, la distinción entre la vergüenza y la culpa no está aún tan clara.

En definitiva, no es posible extraer conclusiones definitivas sobre los efectos de la culpa en el ajuste psicológico individual. En cambio, por lo que se refiere a la **vergüenza**, existe un amplio consenso respecto a la asociación entre la tendencia a experimentarla y la **vulnerabilidad a los problemas psíquicos**. Son numerosos los estudios empíricos que

muestran su asociación con la depresión, la ansiedad, la baja autoestima, los trastornos de la alimentación y la sociopatía subclínica. Sobre tales efectos y, en general, sobre los efectos negativos de la vergüenza, son muy recomendables el texto de Morrison (1997) *La cultura de la vergüenza* y el de Kaufman (1994) *Psicología de la vergüenza*.

6.1.4. *¿Son tan positivos los sentimientos de culpa?, ¿son tan negativos los de vergüenza?*

Los mismos autores que defienden un fuerte contraste entre las implicaciones de la culpa (positivas) y las de la vergüenza (negativas) en el ámbito interpersonal e individual matizan su posición, señalando que ni la culpa es tan sana y beneficiosa ni la vergüenza es tan negativa.

La culpa tiene también su lado negativo. La propia Tangney (1999) reconoce que en ocasiones puede ser desadaptativa. Desde su punto de vista, ello ocurre fundamentalmente cuando los sentimientos de culpa se fusionan con los de vergüenza. Pero Tangney es consciente de que esta explicación es insuficiente, y plantea que aclarar bajo qué condiciones la culpa es adaptativa y bajo cuáles no, constituye en la actualidad una de las cuestiones más candentes en este campo.

En este punto, conviene recordar que la mayor parte de los autores que han profundizado en esta emoción ha distinguido varios tipos de culpa, unas más adaptativas que otras. Las distinciones propuestas por los distintos autores no acaban de coincidir, pero a partir de diversas revisiones sobre el tema (Etxebarria, 1991, 1999, 2000; Etxebarria, Conejero, Martínez, Muñoz y Pérez, 2003), de un modo muy sintético, se pueden distinguir **dos tipos de culpa** claramente diferenciados:

- 1) Una culpa que podemos denominar **“freudiana”** dado que se corresponde básicamente con la descrita en su día por Freud, una culpa que hunde sus raíces en la ansiedad asociada a la transgresión y que incluye asimismo fuertes dosis de agresividad dirigida básicamente hacia el propio individuo, pero que también

puede dirigirse al exterior.

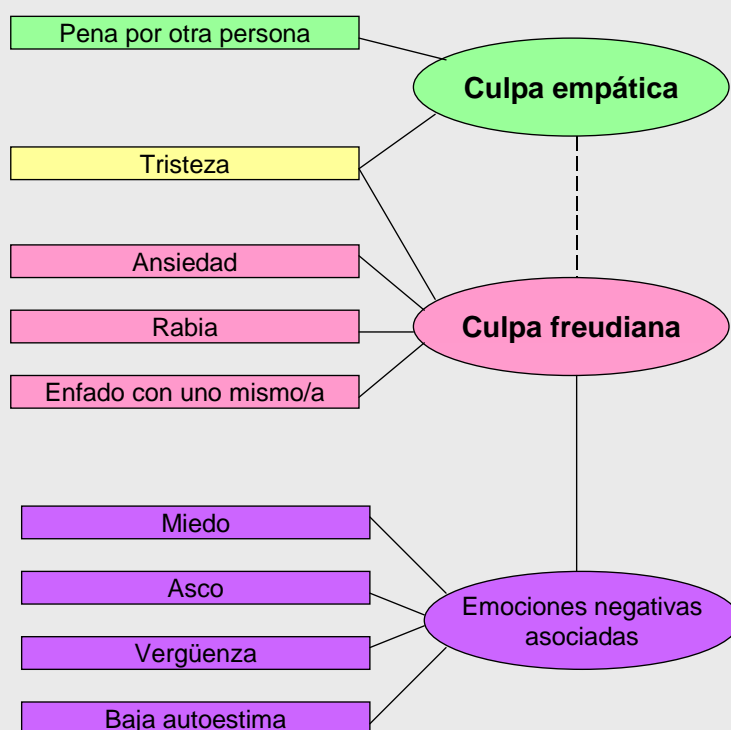
- 2) Una culpa más **empática**, en la línea de la “culpa depresiva” postulada por Klein (1973) frente a la “culpa persecutoria” (esta última muy similar a la freudiana), y de la “culpa interpersonal” estudiada por Hoffman (1982, 1998): una culpa que surge cuando la persona siente empáticamente el dolor ajeno y se percibe como el agente causal de dicho dolor.

Frente a la visión dominante en el pasado, muy marcada por los planteamientos freudianos¹, en la actualidad, entre los estudiosos de la emoción en general y de la culpa en particular, domina una visión mucho más positiva de esta emoción, una visión claramente influenciada por los planteamientos de Hoffman. Hoy en día, entre los investigadores de este campo, cuando se habla de la culpa, tiende a entenderse el tipo de culpa asociada a la empatía. Esta culpa implica una tendencia a la reparación de la acción y, de este modo, resulta esencial en el reestablecimiento de las relaciones interpersonales que han podido resultar dañadas a consecuencia de la acción del sujeto; cuando se experimenta de forma anticipada, puede evitar que tales daños en las relaciones interpersonales se produzcan. En definitiva, es ésta una respuesta emocional con efectos muy positivos en el plano interpersonal y que, más allá del malestar que su experiencia supone, no tiene ningún efecto negativo en el individuo.

Sin embargo, la existencia de este tipo de culpa y sus efectos positivos no deberían llevarnos ahora a olvidar que existe un tipo de culpa muy diferente, la culpa “freudiana”, de carácter más ansioso-agresivo y de efectos mucho más negativos tanto en el plano interpersonal como individual. Un estudio realizado por nuestro equipo con una amplia muestra de sujetos confirmó la existencia de los dos tipos de culpa que estamos comentando (véase cuadro 4).

CUADRO 4. Dos tipos de culpa muy diferentes: culpa “freudiana” y culpa empática

En un estudio de Etxebarria y colaboradoras (2003) se pidió a los participantes – 360 adolescentes, jóvenes y adultos de ambos sexos– que describieran dos cosas o situaciones que habitualmente les hicieran sentir culpa. A continuación, se les pedía que señalaran, en una lista de emociones que se les presentaba, si al mismo tiempo experimentaban alguna de ellas y con qué intensidad. En el siguiente gráfico, se representa esquemáticamente el modo en que los distintos componentes emocionales se agrupaban en las experiencias de culpa de los sujetos.



Como se puede apreciar, se distinguen claramente dos tipos de culpa: una cuyos componentes –ansiedad, rabia y enfado con uno mismo– se corresponden con los postulados en su día por Freud, y otra en la que el componente empático tiene el peso fundamental. La tristeza es un elemento común de ambos tipos de culpa. Por lo que se refiere al resto de los componentes emocionales, éstos se agrupan en un tercer factor. Este factor, aunque claramente diferenciado, aparece fuertemente asociado a la culpa freudiana; su relación con la culpa empática, en cambio, es débil. Entre los factores de culpa empática y culpa freudiana la correlación es casi nula, lo que apoya la idea de que una y otra constituyen dos tipos de culpa claramente diferenciados.

A esta culpa ansioso-agresiva se refería, obviamente, Freud al sostener, tal como hemos visto en el apartado 6.1.3., que la culpa tiene efectos perniciosos en la salud psíquica del individuo. Este tipo de culpa, sin duda, los tiene.

Pero los efectos negativos de esta culpa no se limitan al individuo. Si bien Freud pensaba que los sentimientos de culpa eran de gran valor en el ámbito social, hasta el punto de que sin ellos difícilmente se sostendría la civilización, y consideraba que los daños individuales eran el coste inevitable a asumir por tales beneficios, él mismo, y tras él muchos otros autores, han insistido una y otra vez en los efectos negativos de esta culpa en el ámbito social.

En este sentido, hemos de matizar lo señalado en el apartado 6.1.2. respecto a las implicaciones positivas de la culpa en el plano interpersonal. La culpa tampoco está exenta de riesgos en este terreno. Del mismo modo que la defensa contra la vergüenza puede provocar sentimientos de hostilidad hacia los demás, la experiencia de culpa “freudiana”, a través de mecanismos proyectivos, a menudo da lugar a la **culpabilización** de los otros y a la agresión contra los demás. Este proceso, que constituye un elemento perturbador de las relaciones interpersonales en todos los casos, en algunos puede llegar a ser realmente peligroso (por ejemplo, cuando da lugar a auténticas cazas de brujas contra los “pecadores”, los “pervertidos”, etc.). Por otra parte, como ha subrayado especialmente Fromm (1985), los sentimientos de culpa favorecen el sometimiento del sujeto a las demandas de los demás, en especial, a las demandas de la autoridad, prestándose así a la **manipulación** del individuo en los más diversos ámbitos, desde el familiar al político.

En cuanto a la vergüenza, hay que matizar que no todo en ella es desadaptativo. **La vergüenza tiene también aspectos positivos.** Aunque la mayor parte de las aportaciones actuales acerca de la misma se centra en su lado más oscuro, la mayoría de los autores considera que los sentimientos de vergüenza poseen también una importante función autorreguladora, ya que ayudan a las personas a evitar muchas transgresiones y conductas

inapropiadas (Barrett, 1995; Nathanson, 1987). La vergüenza protege contra la conducta inconveniente, y en tal sentido, es adaptativa, aunque en casos de exceso, deficiencia o pobre regulación, puede resultar desadaptativa.

Por otra parte, como señala Barrett (1995), si la culpa nos ayuda a tomar conciencia del poder que tenemos de hacer daño y de la posibilidad de reparar dicho daño, la vergüenza nos ayuda a analizar el propio yo como en un espejo. En este sentido, ambas emociones juegan un importante papel en el desarrollo del yo.

6.2. Sobre el *embarrassment*

Como se ha señalado, dentro de lo que en castellano solemos designar habitualmente como “vergüenza”, los anglosajones distinguen *shame* y *embarrassment*. Este último término a menudo se traduce al castellano, sin más, como “vergüenza”, pero una traducción más correcta sería la de sentimiento o experiencia de “embarazo”, “bochorno”, “apuro” o “corte” (Marina y López, 1999). Entre los investigadores de este campo se ha discutido si el *embarrassment* constituye una emoción diferente de *shame* (o, lo que es lo mismo, si las reacciones de embarazo, bochorno, etc. constituyen una emoción claramente distinguible de otras formas de “vergüenza”). Veamos a qué conclusiones se ha llegado al respecto.

6.2.1. ¿Designa el término *embarrassment* una emoción diferente de *shame*?

La mayoría de los autores piensa que *shame* y *embarrassment* constituyen dos emociones diferentes, pero, ¿dónde residen las diferencias?:

- 1) La mayor parte de los autores considera que *shame* y *embarrassment* son distinguibles por la **intensidad del afecto** y la **gravedad de la acción**: *shame* se caracterizaría por una mayor intensidad; además, surgiría ante fallos más serios y, muchas veces, ante transgresiones de carácter moral, cosa que no ocurre en el caso del *embarrassment*, que tiende a aparecer ante transgresiones sociales o

meteduras de pata relativamente triviales (Lewis, 1992, 2000).

- 2) Otros autores señalan que *shame* se asocia a la percepción de deficiencias en el **yo esencial**, mientras que el *embarrassment* se asocia a la percepción de deficiencias en **el yo tal como se presenta en el exterior** (Klass, 1990).
- 3) Por último, otros plantean que, además, estas dos emociones **difieren en su expresión corporal**: las personas que experimentan *embarrassment* no muestran las expresiones corporales de alguien que quisiera esconderse, desaparecer, desintegrarse; más bien muestran movimientos corporales ambivalentes, de aproximación y evitación con respecto a los otros (miran y apartan la mirada, sonríen, etc.) (Lewis, 2000).

En el terreno empírico, los estudios realizados para analizar las diferencias entre *shame* y *embarrassment* sugieren que una y otra reacción emocional difieren bastante entre sí. Tangney, Miller y colaboradores (1996), en un estudio en el que compararon las experiencias de *shame* y *embarrassment* de una muestra de estudiantes universitarios, encontraron que, en comparación con las experiencias de *embarrassment*, las de *shame* eran más intensas, más dolorosas e implicaban una mayor sensación de transgresión moral. Implicaban, también, una mayor sensación de responsabilidad, mayor pesar y mayor enfado con uno mismo, así como la creencia de que los otros estaban también disgustados con uno. Las experiencias de *embarrassment*, en cambio, resultaban en general más divertidas, ocurrían más de repente e implicaban una mayor sensación de sorpresa. Además, se acompañaban de cambios fisiológicos más intensos (rubor, sonrojo) y una mayor sensación de exposición a los demás.

6.2.2. Rasgos fundamentales del *embarrassment*

Por tanto, parece que puede considerarse el *embarrassment* como una reacción emocional diferenciada, aunque no se halle lexicalizada como tal en todos los idiomas. Y

bien, ¿qué caracteriza exactamente a dicha reacción? El estudio de Tangney y colaboradores que acabamos de ver nos ofrece una idea de la especificidad de su experiencia subjetiva y sus manifestaciones corporales, pero ¿qué es exactamente lo que provoca *embarrassment*? y ¿qué función cumple esta reacción emocional?

En cuanto al tipo de eventos que la provocan, puede decirse que el *embarrassment* constituye **la más social de todas las emociones autoconscientes**: a diferencia de la culpa y de *shame*, la experiencia de *embarrassment* se produce casi sin excepción alguna en presencia de otros. Pero, más allá de este rasgo social, hay pocos elementos que caractericen de forma consistente a las situaciones de *embarrassment*. Un estudio de Miller (1992) puso claramente de relieve la gran variedad de situaciones que pueden provocar esta reacción. Miller pidió a una muestra de adolescentes y adultos que relataran sus experiencias de *embarrassment*, y luego trató de categorizar el tipo de situaciones que las habían provocado. Su estudio reveló que las situaciones que pueden provocar *embarrassment* son de lo más variadas: las interacciones sociales poco afortunadas (situaciones en las que la persona actuaba con torpeza, de forma despistada o desafortunada, por ejemplo, tropezando delante de mucha gente) constituyeron la categoría más frecuente, pero también se producía *embarrassment* por la mera sensación de ser objeto de la atención ajena, aun no cometiendo fallo alguno (por ejemplo, muchos decían sentirlo cuando los compañeros les cantaban “Cumpleaños feliz” o, incluso, cuando les felicitaban por algo), por empatía (“*embarrassment* empático”), etc.

¿Cuál es, entonces, el proceso psicológico o dilema esencial que lleva a sentir esta emoción? Sobre esta cuestión, existen diversas posiciones:

- 1) Según algunos autores, entre ellos, el propio Miller (1996), lo fundamental sería la evaluación negativa por parte de los otros. Sin embargo, como se acaba de señalar, también se puede sentir *embarrassment* en situaciones positivas, simplemente por sentirse el foco de atención de mucha gente.

- 2) Otros autores (Silver, Sabini y Parrott, 1987) sostienen una visión “dramática” de esta emoción, en la cual encajan perfectamente tales situaciones positivas: el *embarrassment*, desde este punto de vista, se produce cuando ciertos roles y guiones sociales implícitos se ven trastocados y las interacciones sociales resultan algo raras, torpes.
- 3) Por último, Lewis (1995, 2000), en un intento por dilucidar esta cuestión, propone distinguir entre **dos tipos** de *embarrassment*: el **provocado por la mera exposición a los otros** y el **provocado por una autoevaluación negativa**. El primer tipo de *embarrassment* no puede considerarse como una forma más débil de *shame*, puesto que en él no subyace ninguna evaluación negativa del yo. Pero otras veces, efectivamente, en la experiencia de *embarrassment* parece subyacer una autoevaluación negativa. Lewis propone hablar en estos casos de “*embarrassment* como *shame* menos intensa”. Esta menor intensidad se debería a la naturaleza menos relevante del fallo en relación con los estándares, reglas y metas del sujeto.

Aunque, como acabamos de ver, no existe consenso respecto a lo que provoca *embarrassment*, existe bastante acuerdo en cuanto a las funciones de esta emoción. Son muchos los autores (Keltner y Buswell, 1998; Leary, Landel y Patton, 1996) que coinciden en que esta reacción emocional tiene una importante función social al servir como **señal de apaciguamiento a los otros**: las respuestas no verbales que aparecen cuando se experimenta *embarrassment* (rubor facial, sonrisa, etc.) actúan como señales que comunican a los demás que en realidad se comparten las reglas sociales, aunque en ese momento hayan resultado algo trastocadas. Diversos estudios proporcionan apoyo empírico a estos planteamientos (véase Keltner y Buswell, 1998).

Esta emoción, como se ha señalado anteriormente, no se halla lexicalizada en muchas lenguas. Sin embargo, ello no significa que los hablantes de dichas lenguas no la

experimenten. El análisis de la misma tal como se da en otras culturas es fundamental para corregir posibles sesgos etnocéntricos de la investigación previa y para una mejor comprensión del significado de esta reacción emocional. Dicho análisis no ha hecho más que comenzar y es una cuestión en la que probablemente se profundizará en los próximos años.

6.3. Sobre el orgullo

El orgullo surge cuando la persona valora positivamente su conducta en relación con unos estándares, unas normas o unas metas. Al ser una experiencia emocional altamente reforzante, va a favorecer futuras conductas similares, además de fortalecer la propia autoestima. El orgullo cumple, de este modo, una función muy importante tanto en la orientación de la conducta como en el desarrollo psicológico de la persona y en su bienestar subjetivo (Barret, 1995; Mascolo y Fischer, 1995). Pese a ello, esta emoción ha sido muy poco estudiada.

Una cuestión que ha suscitado cierta atención es la de la posible existencia de otras emociones asociadas a autoevaluaciones positivas diferentes del orgullo. Acabaremos este capítulo con algunas observaciones al respecto.

6.3.1. *¿Existen otras emociones provocadas por autoevaluaciones positivas?*

Todo el mundo parece estar de acuerdo en que existen diversos tipos de emociones autoconscientes de carácter negativo, aunque las diferencias entre culpa y vergüenza, por un lado, y entre *shame* y *embarrassment*, por otro, sean objeto de debate. Sin embargo, habitualmente sólo se habla de una emoción provocada por autoevaluaciones positivas: el orgullo. ¿No cabe distinguir ninguna más?

Varios autores consideran que sí:

- Como hemos visto en un apartado anterior, Lewis (2000) propone distinguir entre **orgullo** y *hubris* en función de que la atribución de éxito sea específica

(referida a la conducta) o global (referida al yo en su conjunto).

- Otros autores han hecho observaciones en la misma línea. Así, Tangney (1999) sostiene un planteamiento muy similar cuando sugiere que existirían dos tipos de orgullo, paralelos a la distinción self/conducta que se da entre vergüenza y culpa: el orgullo relativo al self u orgullo “alpha” y el orgullo relativo a la conducta u orgullo “beta”.

Esta autora ha diseñado escalas para medir la tendencia a experimentar uno y otro tipo de orgullo y las ha incluido en sus pruebas para medir las emociones autoconscientes, concretamente, en los *Self-conscious Affect and Attribution Inventories* (SCAAI: Tangney, Burggraf, Hamme y Domingos, 1988; SCAAI-C: Burggraf y Tangney, 1989) y en el *Test of Self-conscious Affect* (TOSCA: Tangney, Wagner y Gramzow, 1989). Sin embargo, hoy por hoy apenas se han estudiado las diferencias individuales al respecto ni su relación con otras variables.

Como hemos visto en el apartado 4.2., Lewis describe *hubris*, más que como una emoción ante una situación concreta, como una disposición o un rasgo de personalidad, un rasgo, por otra parte, muy poco adaptativo. Frente a esta concepción negativa de *hubris*, Tangney (1999) señala que su impresión a partir de los datos, aun insuficientes, obtenidos con las medidas de orgullo “alpha” del SCAAI y el TOSCA es que la tendencia a experimentar orgullo “alpha” o *hubris* no es claramente adaptativa ni desadaptativa.

Aunque no exista apoyo empírico sólido para afirmar que sea desadaptativo, lo cierto es que *hubris*, como *rasgo* o disposición de personalidad, como tendencia a la excesiva satisfacción con uno mismo, no se halla exento de riesgos. Ahora bien, en cuanto *emoción*, en cuanto *reacción* emocional transitoria suscitada por una situación concreta (por ejemplo, ante un logro muy importante para la persona, que hace que la atención fácilmente se focalice en el yo en su conjunto), *hubris* no tendría nada de malo (no más, al menos, que el orgullo, que también tiene sus riesgos) y sí efectos positivos: al igual que el orgullo, puede

servir para reforzar ciertos cursos de acción positivos.

De hecho, en el plano fenomenológico es difícil diferenciar *hubris* como *emoción* del orgullo. Este último, aunque surja en relación con una acción concreta, casi siempre implica una focalización en el yo responsable de la misma. Y, curiosamente, ni en castellano ni en inglés se distinguen dos *emociones* autoevaluativas positivas, aunque existan expresiones como *pridefulness* en inglés y muchos términos en castellano (soberbia, altanería, altivez, endiosamiento, engreimiento, egolatría, narcisismo, etc.) para designar la excesiva tendencia a sentir orgullo como *rasgo* de personalidad. Ello nos lleva a preguntarnos si tiene sentido distinguir *hubris* como una *emoción* diferente del orgullo o se trata de una mera entelequia.

Como ya se ha señalado, en torno al orgullo son muchas aún las cuestiones por explorar. Un aspecto importante en el que habría que profundizar más es el de sus diversas implicaciones interpersonales. Igualmente, sería interesante analizar más a fondo las diferencias individuales en la tendencia a experimentarlo y sus implicaciones en la motivación de logro en el ámbito académico, profesional, etc. Por último, otro aspecto fundamental es el de las experiencias de socialización que pueden dar cuenta de dichas diferencias individuales.

REFERENCIAS

- Ausubel, D. P. (1955). Relationships between shame and guilt in the socialization process. *Psychological Review*, 62, 378-390.
- Barrett, K. C. (1995). A functionalist approach to shame and guilt. En J. P. Tangney y K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 25-63). Nueva York: The Guilford Press.
- Barrett, K. C. y Zahn-Waxler, C. (1987). *Do toddlers express guilt?* Poster presentado en el encuentro bianual de la Society for Research in Child Development, Toronto.

- Baumeister, R. F., Reis, H. T. y Delespaul, P. (1995). Subjective and experiential correlates of guilt in daily life. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(12), 1256-1268.
- Baumeister, R. F., Stillwell, A. M. y Heatherton, T. F. (1994). Guilt: An interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, 115(2), 243-267.
- Benedict, R. (1946). *The chrysanthemum and the sword*. Boston: Houghton Mifflin.
- Ben-Ze'ev, A. (2000). *The subtlety of emotions*. Cambridge: The MIT Press.
- Burggraf, S. A. y Tangney, J. P. (1989). Proneness to shame, proneness to guilt, and self-concept. Poster presentado en la reunión de la *American Psychological Society*, Alexandria, VA.
- Bybee, J. (Ed.). (1998). *Guilt and children*. San Diego, CA: Academic Press.
- Cordero, J. (1976). *Psicoanálisis de la culpabilidad*. Estella: Verbo Divino.
- Etxebarria, I. (1991). Guilt: An attempt to clarify the theoretical state of the issue. Comunicación presentada en el *Mosaic 91 Interdisciplinary Conference on Morality*, Ikley, UK.
- Etxebarria, I. (1999). Los sentimientos de culpa. En E. Pérez-Delgado y M. V. Mestre (Eds.), *Psicología moral y crecimiento personal* (pp. 103-120). Madrid: Ariel.
- Etxebarria, I. (2000). Guilt: Un emotion under suspicion. *Psicothema*, 12(Supl.1), 101-108.
- Etxebarria, I., Isasi, X. y Pérez, J. (2002). The interpersonal nature of guilt-producing events. Age and gender differences. *Psicothema*, 14 (4), 783-787.
- Etxebarria, I., Conejero, S., Martínez, R., Muñoz, N. y Pérez, V. (2003). Componentes emocionales en la experiencia subjetiva de culpa. Comunicación presentada en el *III Simposio de la Asociación de Motivación y Emoción*, Valencia.
- Freud, S. (1973). El malestar en la cultura. En *Obras Completas* (pp. 3017-3067). Madrid: Biblioteca Nueva. (Publicación original, 1930).
- Fromm, E. (1985). *Ética y psicoanálisis*. Madrid: Fondo de Cultura Económica. (Publicación original, 1947).

- Harder, D. W. (1995). Shame and guilt assessment and relationships of shame- and guilt-proneness to psychopathology. En J. P. Tangney y K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 368-392). Nueva York: The Guilford Press.
- Hoffman, M. L. (1982). Development of prosocial motivation: Empathy and guilt. En N. Eisenberg-Berg (Ed.), *The development of prosocial behavior* (pp. 281-313). Nueva York: Academic Press.
- Hoffman, M. L. (1998). Varieties of empathy-based guilt. En J. Bybee (Ed.), *Guilt and children* (pp. 91-112). San Diego, CA: Academic Press.
- Jones, W. H. y Kugler, K. (1993). Interpersonal correlates of the Guilt Inventory. *Journal of Personality Assessment*, 61, 246-258.
- Kaufman, G. (1994) *Psicología de la vergüenza. Teoría y tratamiento de sus síndromes*. Barcelona: Herder.
- Keltner, D. y Buswell, B. N. (1998). Embarrassment: Its distinct form and appeasement functions. *Psychological Bulletin*, 122 (3), 250-270.
- Kitayama, S., Markus, H. R. y Matsumoto, H. (1995). Culture, self, and emotion: A cultural perspective on "self-conscious" emotions. En J. P. Tangney y K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 439-464). Nueva York: The Guilford Press.
- Klass, E. T. (1990). Guilt, shame, and embarrassment: Cognitive-behavioral approaches. En H. Leitenberg (Ed.), *Handbook of social and evaluation anxiety* (pp. 385-414). Nueva York: Plenum.
- Klein, M. (1973). On the theory of anxiety and guilt. En J. Riviere (Ed.), *Developments in psychoanalysis*. Londres: The Hogarth Press.

- Leary, M. R., Landel, J. L. y Patton, K. M. (1996). The motivated expression of embarrassment following a self-presentational predicament. *Journal of Personality*, 64, 619-637.
- Lewis, H. B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. Madison, CT: International Universities Press.
- Lewis, M. (1992). *Shame: The exposed self*. Nueva York: Free Press.
- Lewis, M. (1995). Embarrassment: The emotion of self-exposure and evaluation. En J. P. Tangney y K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 198-218). Nueva York: The Guilford Press.
- Lewis, M. (2000). Self-conscious emotions: Embarrassment, pride, shame, and guilt. En M. Lewis y J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 623-636). Nueva York: The Guilford Press.
- Lewis, M., Sullivan, M. W., Stanger, C. y Weiss, M. (1989). Self-development and self-conscious emotions. *Child Development*, 60, 146-156.
- Mascolo, M. F. y Fischer, K. W. (1995). Developmental transformations in appraisals for pride, shame, and guilt. En J. P. Tangney y K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 64-113). Nueva York: The Guilford Press.
- Marina, J. A. y López, M. (1999). *Diccionario de los sentimientos*. Barcelona: Anagrama.
- Mead, M. (1937). *Cooperation and competition among primitive peoples*. Nueva York: McGraw-Hill.
- Miller, R. S. (1992). The nature and severity of self-reported embarrassing circumstances. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 190-198.
- Miller, R. S. (1996). *Embarrassment: Poise and peril in everyday life*. Nueva York: The Guilford Press.
- Morrison, A. P. (1997). *La cultura de la vergüenza*. Barcelona: Paidós.

- Nathanson, D. L. (1987). *The many faces of shame*. Nueva York: The Guilford Press.
- Pascual, A., Pérez, V., Etxebarria, I., e Isasi, X. (2003). Algunas diferencias entre culpa y vergüenza. Comunicación presentada en el *III Simposio de la Asociación de Motivación y Emoción*, Valencia.
- Piers, G. y Singer, M. (1971). *Shame and guilt: A psychoanalytic and cultural study*. Nueva York: Norton.
- Shaver, P. R., Wu, S. y Schwartz, J. C. (1992). Cross-cultural similarities and differences in emotion and its representation: A prototype approach. En M. S. Clark (Ed.), *Review of personality and social psychology* (pp. 175-212). Newbury Park, CA: Sage.
- Silver, M., Sabini, J. y Parrott, W. G. (1987). Embarrassment: A dramaturgic account. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 17, 47-61.
- Tangney, J. P. (1991). Moral affect: The good, the bad, and the ugly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 598-607.
- Tangney, J. P. (1995a). Recent advances in the empirical study of shame and guilt. *American Behavioral Scientist*, 38(8), 1132-1145.
- Tangney, J. P. (1995b). Shame and guilt in interpersonal relationships. En J. P. Tangney y K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 114-139). Nueva York: The Guilford Press.
- Tangney, J. P. (1999). The self-conscious emotions: Shame, guilt, embarrassment and pride. En T. Dalgleish y M. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (pp. 541-568). West Sussex, UK: Wiley.
- Tangney, J. P., Burggraf, S. A., Hamme, H. y Domingos, B. (1988). Assessing individual differences in proneness to shame and guilt: The Self-Conscious Affect and Attribution Inventory. Poster presentado en la reunión de la Eastern Psychological Association, Buffalo, NY.

- Tangney, J. P., Burggraf, S. A. y Wagner, P. E. (1995). Shame-proneness, guilt-proneness, and psychological symptoms. En J. P. Tangney y K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 243-267). Nueva York: The Guilford Press.
- Tangney, J. P. y Fischer, K. W. (Eds.). (1995). *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride*. Nueva York: The Guilford Press.
- Tangney, J. P., Marschall, D., Rosenberg, K., Barlow, D. H. y Wagner, P. (1994). Children's and adult's autobiographical accounts of shame, guilt and pride experiences: An analysis of situational determinants and interpersonal concerns (manuscrito no publicado, citado en Tangney, 1999).
- Tangney, J. P., Miller, R. S., Flicker, L. y Barlow, D. H. (1996). Are shame, guilt and embarrassment distinct emotions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1256-1269.
- Tangney, J. P., Wagner, P. E., Barlow, D. H., Marschall, D. E. y Gramzow, R. (1996). The relation of shame and guilt to constructive vs. destructive responses to anger across the lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 797-809.
- Tangney, J. P., Wagner, P. y Gramzow, R. (1989). *The Test of Self-Conscious Affect (TOSCA)*. George Mason University, Fairfax, VA.
- Wallbott, H. G. y Scherer, K. R. (1995). Cultural determinants in experiencing shame and guilt. En J. P. Tangney y K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 465-487). Nueva York: The Guilford Press.
- Wicker, F. W., Payne, G. C. y Morgan, R. D. (1983). Participant descriptions of guilt and shame. *Motivation and Emotion*, 7 (1), 25-39.

¹ Sobre los planteamientos freudianos y los desarrollos psicoanalíticos posteriores sobre la culpa, es excelente el texto de Cordero (1976) *Psicoanálisis de la culpabilidad*.