



**LITERATURA:
PERPENDICULARIDAD ENTRE
EMOCIÓN Y MENTE**
Ana Gabriela Banquez Maturana

Maracay, Estado Aragua - Venezuela
Email: revistaescrituracreativa@gmail.com
Teléfonos: +5804243223982

LITERATURA: PERPENDICULARIDAD ENTRE EMOCIÓN Y MENTE

LITERATURE: PERPENDICULARITY BETWEEN EMOTION AND MIND

Ana Gabriela Banquez Maturana¹

“Soy lo que pienso y siento”

Resumen

En este trabajo se aborda el estudio literatura, como la perpendicularidad entre emoción y mente, desde una perspectiva neuropsicológica. Dicha iniciativa conlleva a la búsqueda documental de conceptualizaciones sobre la literatura interrelacionada con otros conceptos, tales como emoción y mente. Así como la redefinición de estas categorías en la investigación sobre la literatura; más cuando las expresiones literarias son creadas a partir de las concepciones de realidad o fantasía en las personas. Se concluye que se debe propiciar el desarrollo de la comunicación escrita y creativa en las personas como una fuente de liberación del pensamiento, a partir del pronunciamiento de las ventajas que dicha actividad causaría en su equilibrio emocional, al liberar las ideas y sentimientos reprimidos.

Palabras clave: Emociones, Literatura, Mente, Neuropsicología

Abstract

This paper addresses the study of literature, such as the perpendicularity between emotion and mind, from a neuropsychological perspective. This initiative leads to the documentary search for conceptualizations about literature interrelated with other concepts, such as emotion and mind. As well as the redefinition of these categories in research on literature; more when the literary expressions are created from the conceptions of reality or fantasy in people. It is concluded that the development of written and creative communication in people should be promoted as a source of liberation of thought, based on the pronouncement of the advantages that said activity would cause in their emotional balance, by releasing repressed ideas and feelings.

Keywords: Emotions, Literature, Mind, Neuropsychology.

¹ Administradora industrial. Universidad de Cartagena. Colombia. banquezanagabriela@gmail.com.
<https://orcid.org/0000-0002-8354-6396>

ISSN: 2665-0452 Depósito Legal: AR2020000073

Maracay, Estado Aragua - Venezuela
Email: revistaescrituracreativa@gmail.com
Teléfonos: +5804243223982

Introducción

El temor del hundimiento progresivo de la cultura debiera ser un llamado a la formación literaria y personal desde la edad temprana, la cual se encuentra trabada en el orden historicista de los grandes autores de la literatura universal y/o tradicional; un espectro velado por la memoria, una memoria multifacética, cambiante, frustrante, sin objeto ni significado claro.

Si la crisis del tiempo es la crisis del futuro, entonces esta respuesta fuera del supermercado de la memoria y sus diversos productos efímeros establece un diálogo de apropiación y emergencia no solo con la historia familiar, sino con la literatura en general. En el pasado, las obras exploraban los antecedentes de la humanidad en busca de significados que faltara en su presente; patrones de singularidad e ingenio que se remontan al pasado para insertarse en el presente de acuerdo a Premat (2016).

En lo que respecta de los escritores que inician su carrera hoy en día, no se enfrentan netamente con una página en blanco y el estancamiento creativo de nuevas ideas o pensamientos desde la perspectiva tradicional de "todo está escrito", sino también con la nostalgia de ver el presente opresivo y crítico en el que se sumergen.

Literatura y hombre

Desde Aristóteles, la literatura ha sido considerada un conocimiento creativo que transforma conceptos a través de su creador y según criterios elegidos por él. En este sentido, el arte de escribir, tal como ahora se reconoce, es muy diferente de otras formas de conocimiento, es decir del conocimiento teórico, práctico o religioso según lo planteado por Piotrowski (2001).

El hombre se concibe como creador desde el instante en que capta una noción de realidad y la mantiene así hasta la formación de un concepto que luego exterioriza, a partir de la perspectiva científica, moral o artística de sí mismo. Los conceptos racionales creados por el hombre derivan de su mente, con base en las experiencias, la acción y el ejercicio de la voluntad humana.

ISSN: 2665-0452 Depósito Legal: AR2020000073

Maracay, Estado Aragua - Venezuela
Email: revistaescrituracreativa@gmail.com
Teléfonos: +5804243223982

La literatura ha sido testigo repetidamente de la confusión, la depravación y el error de sus testigos; relata su dolor y tragedia y recuerda las atrocidades que pudo haber cometido, pero sus intenciones van más allá de revelar esos momentos. Su deseo es mucho más profundo. La literatura se puede contemplar como la simulación de la realidad. Pero también puede entenderse como su representación, imitación, interpretación o reconstrucción.

Sus objetivos se basan en la necesidad de las personas de definirse a sí mismas, encontrar su identidad y diferenciarse de los demás y de las cosas que les rodean. Les ayuda a encontrar el sentido de su existencia, que es universal, pero al mismo tiempo individual. Para Piotrowski (2001) su efecto sobre quienes lo practican rara vez es inmediato, sino que tiene un efecto latente en diferentes momentos, lo que en modo alguno hace que su entrenamiento sea menos potente o menos productivo.

Literatura y educación

La civilización y su expresión artística-literaria se desarrollan en condiciones de paralelismo, complementariedad, contraste o diferencia; o por influencia/asimilación, imitación/exclusión, absorción/transformación según Mendoza (1993). Condiciones que evidencian que en comparación con otras formas culturales su surgimiento y desarrollo no es aislado.

Este tipo de reflexión permite comprender la necesidad de informar a los estudiantes sobre la idea de promover una aceptación coherente de la diversidad de fenómenos socioculturales a lo largo del proceso educativo para Mendoza (1993). En concordancia con la literatura, desde la semiótica de la lectura, esta asimilación cultural suele darse a través de interpretaciones realizadas por lectores colaborativos capaces de crear interacciones con el texto.

Sin embargo, la orientación de algunos métodos de enseñanza literaria parece asumir que el estudiante no está interesado en el aprovechamiento de sus habilidades de lectoescritura para la creación de propiedad intelectual en la obra literaria, su único interés se centra en adquirir los

conocimientos suficientes para la interacción comunicativa básica o profesional con aceptable precisión y fluidez del lenguaje hablado.

Este supuesto significa que la literatura es vista como una creación extraordinaria, el resultado de una cierta expresión artística fuera de la dinámica cotidiana de la lengua meta. De acuerdo a Mendoza (1993) el texto literario en sí mismo es un material que puede ser procesado y utilizado de acuerdo con los intereses de profesores y estudiantes, adaptado al método que se elija. Es fácil comprobar que se trata de auténticos "materiales educativos" tan válidos como textos informativos y comerciales, manuales de instrucciones u otros textos escritos cotidianos.

Obviamente, cuando se usa textos literarios como textos formativos, no se refiere a formar periodistas o escritores; se utilizan estos textos según su contenido motivacional y sus intereses conceptualmente funcionales. Por tanto, basta que se considere el texto literario como un ejemplo más de la creación de un lenguaje que se formula según convenciones especiales, ya que su uso no excluye otro tipo de material y su posibilidad.

Perpendicularidad entre emoción y mente

La investigación emocional es una rama de la psicología que tiene muchos modelos teóricos, pero quizás un conocimiento menos preciso. Varios autores han intentado cuestionar diversos aspectos relevantes para el estudio de las emociones aportando una taxonomía que les permita abordar el tema. Las emociones pueden entenderse como experiencias multidimensionales con al menos dos sistemas de respuesta: conductual/expresiva y fisiológica/adaptativa. El cerebro extrae rápidamente información general e importante y la usa para hacer predicciones que ayudan a interpretar su entrada de estímulo para Martínez, Oblitas, Piqueras & Ramos (2009).

Por otro lado, debido a que las emociones involucran comportamiento, estados físicos de activación o desactivación fisiológica y cognición, la combinación de estos factores hace que las emociones sean subjetivas, resultando en que es necesario tener en cuenta que son diferentes según quien las experimenta. Esto lleva al controvertido problema de clasificar las emociones

ISSN: 2665-0452 Depósito Legal: AR2020000073

Maracay, Estado Aragua - Venezuela
Email: revistaescrituracreativa@gmail.com
Teléfonos: +5804243223982

básicas. Las respuestas emocionales tienen componentes fisiológicos que son esenciales para la correcta expresión del comportamiento emocional. Al igual que los mecanismos hormonales y humorales, existen ciertas estructuras cerebrales cuya actividad es necesaria para que se produzcan las emociones.

Por tanto, según Ciompi (2007) la lógica afectiva supone que esta búsqueda de "pensamientos agradables", esta conservación de la energía emocional, es dominante y guía el pensamiento abstracto y la acción concreta. Al igual que ciertos paisajes, los "paisajes abstractos", con la ayuda de una energía emocional considerable, primero deben encontrar y probar caminos de pensamiento viables que presenten un gasto de energía reducido.

En la misma línea, las emociones individuales y colectivas estimulan, enfocan y organizan el pensamiento y la acción esencialmente por igual en todos los niveles. Peor aún, el pensamiento colectivo, como el pensamiento individual, puede quedar atrapado en la lógica de la ira, el miedo o la desesperación que puede provocar la guerra según Martínez, Oblitas, Piqueras & Ramos (2009). Descartes es considerado el filósofo que produjo la comprensión más amplia de las emociones. Su formulación del problema emocional tuvo una gran influencia en la historia posterior de la filosofía y en los primeros intentos de la psicología por entenderse como una ciencia experimental.

La teoría cognitiva o cognitivista incluye una amplia gama de posiciones que enfatizan la relación entre las emociones y las visiones del mundo. Para Battaglini (2018) las emociones ocupan un lugar especial en la vida de las personas, influyendo en cómo piensan, perciben e interpretan el mundo. Para tener emociones necesitas tener ciertas creencias, pero las emociones también pueden cambiar tu percepción del mundo y tus creencias sobre éste.

Si una emoción se puede evaluar de esta manera, debe contener algo que probablemente se examine para respaldar el razonamiento apropiado para la situación. Los pensadores sostienen que los juicios morales sobre lo que es moralmente correcto o incorrecto están guiados por emociones

de aprobación o desaprobación, las emociones sirven como motivaciones para hacer lo correcto y evitar lo incorrecto.

Neuropsicología e inteligencia emocional

La neuropsicología ahora comienza a formar parte del estudio de los trastornos que afectan la mente, aparentemente debido a un cambio de paradigma conceptual. Al igual que, se ocupa de las funciones mentales humanas más complejas en relación con las estructuras cerebrales que las sustentan. Para Hernández (2010) este tema es difícil de abordar, especialmente por el enfoque interdisciplinario requerido y la constante evolución del conocimiento en este campo.

Los desarrollos recientes en neuropsicología han revelado los fundamentos biológicos del comportamiento. De acuerdo a Lozano, Robledos & Robledos (2020) principalmente para clarificar las sinergias que subyacen en las relaciones entre el cerebro y los procesos cognitivos y las emociones, al mismo tiempo que se mejora la comprensión de cómo estos afectan las interacciones que los humanos construyen en el mundo social.

La neuropsicología como campo de la psicología está estrechamente relacionada tanto con la psicología cognitiva como con las corrientes cognitivas conductuales. Como campo de la psicología, recoge los modelos teóricos y experimentales de la conducta y los enfoques aplicados a la normalidad o patología que tienen algunas disciplinas de la psicología, como la psicología clínica según lo planteado por Fernández, Lapedriza & Maestú (2003).

Esta área, permite entender la relación existente entre la mente y las emociones del ser humano y como estos dos aspectos se fusionan para crear así las ideas sustentables en la imaginación y el raciocinio, que posteriormente serán proyectadas a través de la escritura literaria. Por lo anterior, los escritores estudian su oficio al comprender cómo sus funciones cerebrales impactan su trabajo. Pueden mejorar su trabajo siguiendo un plan de salud mental que incluya sesiones regulares de escritura, ya que las funciones cerebrales juegan un papel crucial en la cognición y la creatividad humana.

ISSN: 2665-0452 Depósito Legal: AR2020000073

Maracay, Estado Aragua - Venezuela
Email: revistaescrituracreativa@gmail.com
Teléfonos: +5804243223982

La capacidad para desarrollar nuevas ideas y pensamientos en el ser humano es posible siempre y cuando se tenga como foco central la neuropsicología como la fuente para la comprensión de las funciones del cerebro humano. Finalmente, el análisis realizado hasta aquí permite acercarnos más hacia la importancia de la neuropsicología en la comprensión de las funciones del cerebro que permiten el desarrollo de nuevas ideas y/o la capacidad para desarrollar literatura, a partir del consenso entre la mente y las emociones.

En la infancia, a menudo no se regula las reacciones emocionales, simplemente se expresan sin medir consecuencia alguna. Estas acciones resultan ser socialmente aceptada, y perdonables. Pero, el índice de tolerancia a esta respuesta inmediata disminuye a medida que se va creciendo, ya que se presume la capacidad de las personas de discernir entre lo moralmente bueno o malo, en este punto, la sociedad demanda regulación emocional.

A través del aprendizaje y la madurez, se empieza a controlar la necesidad fisiológica de reacciones emocionales por simple impulso y se tiene en cuenta ciertas reglas de convivencia. Sin embargo, no siempre es fácil lograr los hechos anteriores sobre el equilibrio y lograr una adecuada gestión emocional a través del autocontrol y la expresión efectiva.

Ahora bien, el concepto de inteligencia emocional apareció por primera vez en un artículo de Peter Salovey y John Mayer en 1990. Sin embargo, estuvo en el olvido durante cinco años, hasta que el psicólogo y periodista estadounidense Daniel Goleman, con su indiscutible visión empresarial y fuerte atractivo y sentido común, publicó el libro *Inteligencia Emocional* en 1995 citado en Moreno & González (2019).

En este se define la inteligencia emocional como la capacidad que tienen las personas para ser conscientes de sus emociones y de los sentimientos de los demás, teniendo en cuenta que se vive en un medio regulado por normas de conductas sociales. Como también, se denota la importancia del control de las propias acciones frente a las situaciones de estrés y frustración que

ISSN: 2665-0452 Depósito Legal: AR2020000073

Maracay, Estado Aragua - Venezuela
Email: revistaescrituracreativa@gmail.com
Teléfonos: +5804243223982

se experimenta en la cotidianidad, mejorando la capacidad para trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social que permita mayores oportunidades de crecimiento personal.

Conclusiones

Las principales conclusiones que se derivan del presente artículo son las siguientes: Es en el arte de escribir donde el hombre a través de su pensamiento individual logra reflejar realidades generales, puesto que es el espacio, en el cual puede dar a conocer las problemáticas sociales.

La escritura resulta terapéutica, en la medida en que las personas logran liberar sus pensamientos y sentimientos, mediante un par de líneas que pueden resumir en gran medida su vida, creencias, secretos y opiniones. El pensamiento crítico del hombre en literatura aporta en su desarrollo personal, cuando este implementa la analítica a su cotidianidad.

A través de la literatura se pueden evidenciar los estados emocionales negativos y positivos de una persona (traumas infantiles, relaciones dañinas, depresión, enamoramiento). La dimensión emocional y la crítica literaria son imprescindible en la literatura. La inteligencia emocional son las habilidades mentales que te permiten el adecuado procesamiento de la información emocional e interacción con un entorno social.

Referencias

- Battaglino, V. (2018). **Emociones, racionalidad y bienestar: Hacia un estudio de las emociones como juicios de valor.** (Tesis de posgrado). Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Memoria académica. <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1518/te.1518.pdf>
- Ciampi, L. (2007). Sentimientos, afectos y lógica afectiva. Su lugar en nuestra comprensión del otro y del mundo. **Scielo**, 27(100), 425-443. <https://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v27n2/v27n2a13.pdf>
- Fernández, S., Lapedriza, N., & Maestú, F. (2003). El papel de la neuropsicología en la formación del psicólogo. **Researchgate**, 2(1). 67-80. <https://www.researchgate.net/publication/270272430>
- Goleman, D. (1995). **La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el coeficiente intelectual.** Le Libros.
- González, L., & Moreno, I. (2019). **Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en adolescentes.** Repositorio. 1-26. <https://repositorio.ucp.edu.co/bitstream/10785/5564/1/>

- Hernández, I. (2010). Aproximación a la neuropsicología y trastornos del lenguaje. **Scielo**, 22(34), 133-138. <http://ve.scielo.org/pdf/bl/v22n34/art07.pdf>
- Lozano, S., Robledos, R., & Robledos, S. (2020). La neuropsicología como referente necesario para comprender el comportamiento humano. **Scielo**, 16(73). 201-206. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000200201
- Martínez, A., Oblitas, L., Piqueras, J., & Ramos, V. (2009). Emotion and Cognition: Implications for Treatment. **Scielo**, 27(2), 227-237. <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v27n2/art08.pdf>
- Mendoza, A. (1993). **Literatura, cultura, intercultural. Reflexiones didácticas para la enseñanza de español lengua extranjera**. Core. 19-42. <https://core.ac.uk/download/pdf/61902067.pdf>
- Piotrowski, B. (2001). El hombre en la literatura para el hombre: desde una visión axiológica-literaria. **Redalyc**, 4, 129-140. <https://www.redalyc.org/pdf/701/70100412.pdf>
- Premat, J. (2016). Fin de los tiempos, comienzos de la literatura. **Scielo**, 24, 104-123. <http://www.scielo.org.co/pdf/eidos/n24/n24a07.pdf>

ISSN: 2665-0452 Depósito Legal: AR2020000073

Maracay, Estado Aragua - Venezuela
Email: revistaescrituracreativa@gmail.com
Teléfonos: +5804243223982