

## **EMOCIONES Y DESIGUALDADES SOCIALES. EL CASO DEL MIEDO**

*EMOTIONS AND SOCIAL INEQUALITIES. AN APPROACH TO FEAR*

**Estíbaliz de Miguel Calvo**

### **RESUMEN**

El presente ensayo pretende ser un acercamiento a la sociología de las emociones como forma de comprender que los fenómenos sociales y las interacciones están impregnados de emociones, y que estas son un elemento configurador de la vida social. Entre las diferentes teorías sociológicas que explican la naturaleza y sentido de las emociones, nos detendremos en aquellas que dan cuenta de cómo las emociones están distribuidas de manera desigual en la estructura social en función de las diferencias de poder y estatus. Un aspecto relevante entre las desigualdades sociales son las normas y los discursos sobre las emociones en función de género. Finalmente, abordaremos una de las emociones negativas más relevantes, especialmente relacionada con las de desigualdades de género: el miedo, muy presente en la vida de las mujeres y que parece tener gran peso a la hora de configurar las relaciones íntimas.

Citar la obra: De Miguel Calvo, Estíbaliz (2011) "Emociones y desigualdades sociales. El caso del miedo", en: S. Gallego Trijueque y E. Díaz Cano (coords.) *IX Premio de Ensayo Breve "Fermín Caballero"*. Toledo: ACMS, pp. 49-75.

## **ABSTRACT**

*This essay aims to approach the sociology of emotions as a way of understanding how social life and interactions are saturated by emotions, and that those are important elements for the comprehension of social life. Among the sociological different approaches to emotions, it is a focus on the way that emotions are unequally distributed in the axes of power and status. An important aspect in social inequalities is the gender division of rules and discourses about emotions. Finally, fear is studied as one of the most relevant emotions related to gender inequalities; an emotion that is present in women's lives and may influence intimate relationships.*

## **INTRODUCCIÓN**

Amelia está sentada en la sala de espera del departamento de recursos humanos. Será la siguiente en entrar al despacho para ser entrevistada como candidata a un puesto en esta importante empresa. No es la primera vez que tiene que pasar por estas terroríficas y agotadoras entrevistas de trabajo. No se trata solo de la tensión del momento, sino del hecho de que su futuro pende de un hilo y las opciones se le van agotando. Es madre soltera de una niña de 2 años, hace meses que perdió el puesto anterior y la coyuntura económica actual no augura buenas expectativas en el sector. Sabe que tiene un buen curriculum, capacidades personales y conocimiento del medio. Sin embargo, no puede evitar sentir la falta el aire y las manos sudorosas, y ese miedo que no le abandona día y noche, que cada vez es mas asfixiante: ‘¿Cómo pagaré las

facturas si no consigo un trabajo pronto? ¿Qué ocurrirá con mi hija y conmigo si nos embargan la casa? La puerta se abre y el secretario dice su nombre. Ella se incorpora, se estira la ropa y respira profundamente. Avanza y entra en el despacho de recursos humanos.

En la experiencia de Amelia podemos apreciar cómo, a pesar de que las emociones son experimentadas en un nivel individual, éstas tienen su sentido en el marco de las relaciones y los fenómenos sociales. Las emociones no están ausentes en la vida social, al contrario, desarrollan un importante papel. Amelia se encuentra en paro por la coyuntura de crisis económica, lo cual le produce una tremenda incertidumbre hacia su futuro. La responsabilidad sobre su propio sostenimiento económico y el de su hija son amenazas reales en una sociedad como la actual que aun no ha articulado el soporte suficiente para el cuidado de las personas dependientes.

La sombra de la culpa se ciñe sobre ella, ha sido una constante como madre 'sola' y puede ser aun peor si no consigue salir adelante. Por otro lado, la entrevista de trabajo está muy ritualizada, quizás una de las situaciones en que mas se espera que la persona se comporte de manera estandarizada, creativa pero dentro de unos márgenes establecidos explicita e implícitamente. En este contexto se comprende que la persona entrevistada esta bajo una fuerte presión emocional. Es previsible que se sienta nerviosa y tenga miedo a la situación, pero de igual manera se espera que sea capaz de 'controlar' sus nervios, que exprese un determinado tipo de emociones con una limitada

intensidad y dirección. Volveremos mas adelante con el caso de Amelia, que nos servirá como ejemplo ilustrativo y cotidiano que nos ayude a acercarnos a este apasionante mundo de las emociones desde el punto de vista sociológico.

A pesar de que la psicología ha tenido un mayor desarrollo que la sociología en este ámbito, es necesario apelar al sentido profundo de la ciencia social que es precisamente dar cuenta de las estructuras, normas, roles o instituciones que moldean y explican comportamientos que pueden parecer meramente individuales. Primero, porque esta ultima se ha desarrollado a espaldas de la dimensión emocional de los fenómenos sociales y segundo porque la creciente individualización y psicologización de la vida cotidiana produce una limitación en la comprensión del universo social.

Como decimos, las emociones han tenido poca relevancia en la sociología, la realidad emocional de los seres humanos concretos y la realidad emocional de las sociedades han tenido escasa consideración, aun teniendo en cuenta que las emociones participan en la acción y la estructura social. El tratamiento de las emociones en la sociología ha sido siempre residual, genérico e irrelevante. El interés ha sido más por las decisiones racionales que por el componente emocional de los fenómenos, de manera que las teorías sociológicas de la emoción no aparecen hasta bien entrada la década de los 70 del siglo XX con autores como Hochschild, Kemper, Collins o Scheff. Pero la sociología de las emociones sigue siendo una gran desconocida. Es por ello que pretendemos hacer un

acercamiento a la temática, desde una perspectiva concreta que son las desigualdades sociales, principalmente de género, y buscamos comprender el miedo en ese marco de relaciones.

## **PERSPECTIVAS TEÓRICAS EN LA SOCIOLOGÍA DE LAS EMOCIONES**

Pero ¿cuál es la naturaleza de las emociones? ¿De dónde nacen? ¿Se construyen o son innatas? La respuesta dependerá del enfoque teórico que adoptemos. Habrá quien piense que el miedo y el estrés que Amelia experimenta en su entrevista de trabajo es una respuesta biológica adaptativa a la situación. Otras corrientes afirmarán que sus emociones son construidas en un marco concreto de significado y que sus síntomas físicos no son más que la vivencia corporeizada de esas emociones ‘sociales’. Hay para quienes el miedo y el nerviosismo que siente Amelia de deben a la interpretación que ella misma hace de la situación en que se encuentra. Otras perspectivas afirmarían que su miedo es una forma de control orientada a que ella se conforme con las condiciones estructurales de clase y género en que se encuentra, y que no proteste si tiene que aceptar unas miserables condiciones de trabajo a fin de poder salir adelante y no verse como una fracasada. Existen varias formas más de interpretar las emociones de Amelia. A continuación, analizamos cada una de las tendencias teóricas.

La primera cuestión a tener en cuenta es la distinción entre aquellos autores que entienden las emociones como inherentes y preexistentes en el ser humano y aquellos que consideran que las emociones son constructos sociales. La primera corriente denominada ‘positivista’, ‘esencialista’, ‘organicista’ o ‘tradicional’, considera que las emociones tienen una base anatómica o genética, y mostrando como estas están relacionadas con cambios corporales. Se concibe que las emociones cumplen la función de preservar a los humanos, por tanto, son funcionales y son parte del legado animalista en el desarrollo del ser humano. Por otra parte, nos encontramos con el conjunto de teorías que consideran las emociones como constructos socioculturales. Estas teorías varían en un continuum entre las posturas más *weak* o menos relativista, y las tesis *strong* que consideran que no existe ninguna clase de emociones preexistentes. La tesis *strong*, en su concepción de que no hay ninguna emoción inherente o preexistente, pone el acento en el carácter intersubjetivo más que individual de las emociones. Los sujetos ‘hacen’ las emociones más que ‘poseerlas’. En esta segunda línea donde las emociones se entienden como constructos socioculturales, podemos distinguir cuatro aproximaciones: la estructuralista, fenomenológica, postestructuralista y psicodinámica.

La estructuralista es la que ha predominado en la sociología de las emociones donde se sitúan los autores clásicos de la disciplina Marx, Durkheim y Weber, pero más recientemente Norbert Elías y Arlie R. Hochschild. Estos autores afirman que una determinada estructura social produce unas ciertas emociones en las personas y que las emociones pueden ser manipuladas y conducidas

según los intereses del sistema, lo cual quiere decir que las emociones están perfiladas por las instituciones sociales, los sistemas sociales y las relaciones de poder. De esta manera, a un determinado sistema social se correspondería una determinada manera de sentir y, al mismo tiempo, existen emociones que contribuyen a mantener el orden social mediante el control de los individuos, como la vergüenza y la culpa. Las emociones se generan como parte de relaciones de poder entre individuos. Algunos estructuralistas ponen el acento, mas que en el mantenimiento del sistema social, en el orden social de la expresión de las emociones, y las normas que apuntalan el 'trabajo emocional'. Este concepto difiere del control en que no se trata tanto de constreñir o suprimir una emoción sino de moldearla como respuesta a las normas sociales sobre como uno debe sentirse.

En segundo lugar, la aproximación fenomenológica se centra en el 'self'. Las emociones son la interpretación individual de sensaciones corporales, donde influyen los juicios individuales acerca de la situación. La emoción, más que una sensación o un estado emocional, es relacional e intersubjetiva, lo que es lo mismo que decir que es creada a través de las interacciones con otros. Pero al mismo tiempo son autoreferenciadas, es decir, la interpretación que hacemos de la situación y la justificación de porque estamos sintiendo esa sensación son cruciales.

Tercero, las perspectivas postestructuralistas ponen el énfasis en el discurso, donde los actores toman parte activa en el proceso. Las emociones son, pues, una practica

discursiva y los actores, ya sean sujetos o discursos, “hacen” las emociones. Este caso, a diferencia de la fenomenológica, el *self* está fragmentado, y se rechaza la concepción de un ‘falso’ o ‘verdadero’ yo. Se habla más de subjetividad en lugar de *selfhood* o *self-identity*. Por tanto, la única manera de acceder a las emociones de las personas es a través de sus discursos, y al mismo tiempo el lenguaje contribuye a la construcción cultural de las emociones, lo cual quiere decir que los actores participamos en la creación de estas emociones.

Finalmente, la perspectiva psicodinámica incorpora significados del extrarracional o inconsciente, propio del psicoanálisis. Se pone el foco en las biografías personales de los individuos, especialmente en lo relativo a los patrones de los primeros años de vida y la repetición de esos patrones en la edad adulta. El foco es muy individual y el acceso a las emociones es limitado desde el momento en que la sociología debe apoyarse en el psicoanálisis para entender el mundo emocional de los actores.

Aun a riesgo de simplificar en demasía el debate existente sobre la naturaleza de las emociones y la manera de acceder a ellas, podemos concluir que las emociones son multidimensionales y no pueden ser reducidas solo a biología, relaciones o discursos. Esto da cuenta de la complejidad del estudio de las emociones y las diversas perspectivas que se pueden adoptar.



## LA ESTRATIFICACIÓN SOCIAL DE LAS EMOCIONES

Como decíamos, las emociones se producen dentro de las interacciones sociales, y consecuentemente las emociones son el nexo de unión entre la estructura social y el actor social, de tal manera que las personas que comparten similares circunstancias estructurales tienden a sentir de la misma manera. A este respecto, es importante tener en cuenta que la estructura social y las interacciones sociales están atravesadas por ejes de poder y estatus de tal forma que la experiencia y manifestación de las emociones estará en función de esta diferente distribución de poder y estatus. Tomando a Theodore D. Kemper en su *A Social Interactional Sociology of Emotions* podemos entender la estructura social como distribución desigualitaria de posiciones en los ejes de poder y estatus, donde el poder son las acciones coercitivas sobre los individuos situados en diferentes posiciones en una escala, mientras que el estatus es la cantidad voluntaria y no coercitiva de aprobación, recompensas, aprecio, apoyo emocional o financiero, incluso amor, que unos actores se otorgan a otros.

Cada actor puede recibir recompensas por obra de las coacciones que ejerce sobre el otro o puede recibir recompensas ofrecidas voluntariamente por el otro. Pero sus emociones dependen además de la percepción que el sujeto tenga acerca de quien es el sujeto responsable de la falta o exceso de poder o estatus. Según este modelo teórico, la culpa emerge cuando el actor interpreta que ha aplicado un poder excesivo sobre otro. Cuando el actor se

encuentra en una posición en que dispone de insuficiente poder, se percibe a sí mismo como un ser vulnerable, despertando en él la emoción de miedo-ansiedad. La depresión resulta de una falta de estatus, es decir, de escasas recompensas y gratificaciones otorgadas voluntariamente por otros; mientras que la vergüenza surge cuando el actor recibe unas recompensas que no cree que merezca.

Turner, en su modelo de estratificación social también otorga gran importancia a la posición que adopta el actor social, en este caso, a sus expectativas de manera que cuando las expectativas se logran y/o se reciben sanciones positivas la persona experimenta sentimientos de felicidad y satisfacción. Pero si las personas no logran las expectativas o reciben sanciones negativas, ellos experimentarán emociones negativas. En este caso, la persona experimenta sentimientos primarios de rabia, miedo y tristeza, o elaboraciones “de segundo orden” como vergüenza, culpa o alienación. Cuando la persona falla en lograr las expectativas, si lo atribuye a que los demás son poderosos y no a sus defectos personales, entonces el sujeto experimentará miedo, a menudo acompañado de tristeza y rabia.

En el marco de las dinámicas de estratificación emocional hay que destacar, además de la diferente distribución de recursos en los diferentes niveles, la distribución diferenciada de emociones. Una biografía llena de emociones negativas limitará el acceso a bienes valiosos porque las emociones negativas erosionan la confianza, y de esta manera se reducen las posibilidades de que la

persona tenga éxito. Personas enfadadas y alienadas generalmente no serán capaces de ganar otros recursos valiosos, las personas avergonzadas y humilladas no tendrán la confianza de asegurarse otros recursos como amor y cariño en la familia o dinero en la economía. Por tanto, quienes hayan experimentado emociones negativas estarán en desventaja respecto a aquellos que tienen una reserva de energía emocional positiva. El patrón de estratificación emocional refuerza la clase, etnicidad, género, edad y otras categorías que reciben diferentes niveles de poder, riqueza, prestigio, salud, conocimiento u otros recursos valiosos de los dominios institucionales. Por tanto, la distribución de energía positiva emocional correlacionaría con el sistema de clase y género.

Si volvemos a la situación de Amelia, podemos imaginar que, siendo mujer, sus condiciones de poder y estatus están devaluadas con respecto a los hombres, lo cual es un impedimento para el acceso a otro tipo de recursos, en este caso, un puesto de trabajo. Sin embargo, es fácil imaginar que si nuestra amiga ha sido capaz de conseguir un historial laboral lleno de logros es porque ha tenido recompensa de recursos materiales y económicos por otras fuentes, ya sea por su condición socioeconómica, como por diferentes apoyos que hayan conseguido compensar las carencias de estatus y poder de género. Muchas mujeres, por ejemplo, han tenido experiencias de apoyo y motivación por parte de otras mujeres de su familia, por una red de amistades o gracias a grupos de apoyo feminista. Ello ha favorecido que se hayan sentido

recompensadas emocionalmente y motivadas para afrontar las limitaciones del medio.

## **LAS NORMAS EMOCIONALES Y LA GESTIÓN EMOCIONAL**

Las normas sociales no solo se aplican a las conductas y el pensamiento sino también a las emociones. Existe lo que Arlie R. Hochschild ha denominado ‘normas emocionales’ que constituyen un control social al definir lo que debemos sentir en cada circunstancia. Así, el control emocional constituye una clave relevante del control social, de manera que cuando el actor siente una emoción distinta a la establecida por la norma, sentirá el efecto de disonancia o desviación emocional. Nuestro entorno social inmediato suele dejar muestra de tal disonancia cuando afirma que no hay razón para sentirse de esa manera, que debieras sentirte contento o que no debas sentirte culpable, de manera que nuestro contexto actúa como recordatorio de las normas emocionales. Podemos entender las normas emocionales como la parte de la ideología encargada de orientar las emociones de manera que éstas delinear la zona en la que la persona tiene permiso para sentirse preocupada, culpable o avergonzada, constituyendo un suelo y techo metafórico de espacio para los sentimientos esperados y aceptados.

Pero el actor no solo cuenta con sus experiencias emocionales sino que puede operar sobre ellas mediante la gestión emocional. Las emociones pueden ser y de hecho están sujetas a actos de gestión. No nos referimos a una mera apariencia externa de los sentimientos, sino más bien

a un modelamiento de la dimensión interna de los mismos. Así, el trabajo emocional o la gestión emocional se refieren al acto de cambiar en grado o cualidad una emoción o sentimiento.

Volviendo a Amelia y su estresante entrevista de trabajo, señalábamos anteriormente como la propia situación esta altamente regulada, también a nivel de las emociones. Y que no es esperable que tenga sentimientos distintos al miedo, el nerviosismo y la ansiedad, según las normas emocionales, pero que tampoco es socialmente deseable que no sepa ajustar la intensidad y la dirección de las emociones. Pero además, ella puede enviarse mensajes mentales positivos antes de entrar a la entrevista o forzarse a sonreír, no con el objeto de fingir sino de verdaderamente lograr sentir que la situación no es tan amenazante. Esto se puede entender como un acto de gestión emocional, orientado a atemperar las emociones negativas y al surgimiento de sentimientos de confianza y coraje.

Pero las normas emocionales cambian según las clases sociales al igual que la forma de gestión emocional. Hochschild encuentra que las familias de clase media preparan mejor a sus hijos para la gestión emocional que las familias de clase trabajadora, llegando a la conclusión que las diferentes clases sociales preparan psicológicamente a sus hijos de manera diferente, lo cual contribuye a la reproducción de la estructura social. Igualmente, existe una división de género en el trabajo emocional, por el cual se asume que las mujeres tomarán la

responsabilidad de la gestión emocional en la esfera privada. Para ellas se asigna el papel de reconocer e identificar las necesidades emocionales de los miembros de la familia, lo cual requiere una cantidad considerable de trabajo emocional, que supone una importante carga dentro del trabajo doméstico invisible. Sin embargo, la movilización de estas energías y capacidades no se ve recompensado por el reconocimiento. En una sociedad dominada por los valores masculinos como aún es la nuestra, este trabajo emocional no es reconocido, permanece invisible, y las habilidades requeridas para desarrollarlo son infravaloradas, cuando paradójicamente y al mismo tiempo, son cualidades que se están poniendo en valor en el ámbito público de la gestión de empresas y el liderazgo.

## **EL GÉNERO DE LAS EMOCIONES**

El concepto de emoción en las sociedades occidentales tiene una función ideológica dentro de las relaciones de poder y ha sido usado para mantener los roles de género. Las emociones ocupan un lugar preeminente en las ideologías de género al identificar la emoción con la irracionalidad, subjetividad, caos y otros rasgos negativos. Las mujeres han sido identificadas con el género emocional, de forma que estas creencias refuerzan la subordinación ideológica de las mujeres.

El trabajo de Deborah Lupton *The emotional self* aporta reflexiones interesantes desde su estudio de los discursos acerca de las emociones. Ella analiza las diferencias entre

los discursos de mujeres y hombres, pero sobre todo cómo hay construido un discurso diferenciado sobre las emociones en relación a hombres y mujeres, que ella describe como los modelos de la 'mujer emocional' y el 'hombre sin emociones'. De esta manera, hay determinadas emociones que se asocian a las mujeres y se consideran más apropiadas para ellas, como la tristeza, el miedo, el sentimentalismo, la vulnerabilidad, la envidia y los celos, mientras que emociones como la ira, la agresividad o la rabia son menos esperadas para ellas que para los hombres.

Las mujeres, por otra parte, están muy asociadas al mundo emocional. Se entiende que son ellas quienes están más familiarizadas con el mundo de las emociones y quienes se encargan de la gestión emocional de la familia. Se supone que las mujeres tienen más capacidad para sentir las emociones y para expresarlas, pero la supuesta labilidad emocional de las mujeres tiene connotaciones negativas que las relacionan con su dificultad para controlar sus emociones y con su mayor sujeción a la biología. Otras connotaciones negativas de la emocionalidad femenina son la irracionalidad, la caótica y grotesca condición de su cuerpo o la falta de razón, lo cual se le asocia a un orden inferior. Así, con la llegada de la modernidad, se ha considerado que las mujeres están menos capacitadas para desarrollar tareas del ámbito público, y se les ha asociado a la emocionalidad y cercanía del hogar.

Por otra parte, la representación del hombre 'sin emociones' tiene connotaciones ambivalentes, algunas positivas y otras negativas. Las positivas son que el hombre

es presentado como racional, guiado por la razón y la mente, y mas adecuado para la esfera publica. Pero también es considerado negativo el hecho de que los hombres sean menos capaces de manejar sus sentimientos y expresarlos. Los hombres, actualmente, son animados a entrenarse en el reconocimiento y expresión de sus emociones y a resistir al dañino arquetipo del hombre 'sin emociones'. Curiosamente, el arquetipo del hombre que sabe controlar sus propios impulsos y que esta guiado por la razón, no tiene en cuenta la frecuente concurrencia de emociones como el odio, la agresión, los celos, la frustración y la ira asociados a los hombre.

Pero estos arquetipos son fluidos y de hecho empieza a haber cambios en la concepción de la masculinidad en relación a las emociones. Los medios de comunicación, especialmente la televisión, empiezan a difuminar las fronteras entre lo que ha sido calificado como medios 'femeninos' y 'emocionales' como las telenovelas, y los medios 'masculinos' 'no emocionales' como films de acción y crimen. Al mismo tiempo, el arquetipo del 'nuevo padre' interesado en participar en la crianza de sus hijos, preocupado por cuidar el ámbito familiar y la cercanía emocional se hacen visibles en los discursos de la gente cotidiana que ella analiza pero también en los medios de comunicación. Los hombres están haciendo verdaderos esfuerzos para expresar sus emociones en respuesta a los discursos cambiantes, es el creciente interés masculino por preservar su salud mental y física. Muchos empiezan a manifestar que no tienen problemas en llorar en publico o en describirse a si mismos como emocionales. Otros, en cambio, afirman que tienen dificultades en mostrar sus



emociones públicamente, por lo que podemos deducir que aunque muchos hombres son conscientes de los cambios en las 'normas emocionales' existen dificultades para algunos de ellos a la hora de ajustarse a ellas.

No obstante, no está claro si estos cambios en los arquetipos y expectativas sobre las emociones de los hombres esta contribuyendo a lo que podríamos llamar mayores cotas de igualdad entre hombres y mujeres, en el sentido de que vayan desapareciendo esas oposiciones binarias que asignen a las mujeres en un lugar subordinado por sus rasgos emocionales. Podría tratarse mas bien de un ajuste a las expectativas del 'hombre nuevo' como forma de supervivencia y de afirmación de su dominación. No parece que a la nueva valorización de la expresión y la gestión de la emociones en los hombres, se corresponda un reconocimiento de las capacidades emocionales de las mujeres. Más bien parece que los individuos menos privilegiados, como las mujeres o los grupos marginalizados y en desventaja social, están aún estigmatizados por el hecho de mostrar sus emociones en público.

Si pensamos en Amelia e imaginamos que, fruto de la tensión acumulada, no puede evitar romper a llorar en medio de la entrevista, eso puede ser un elemento en su contra, dentro del paradigma de devaluación de género de la expresión de las emociones. Correría el riesgo de ser tildada, bajo los prejuicios y estereotipos de género, de emocional e incapaz de controlar sus emociones.

## **EL MIEDO, UNA APROXIMACIÓN SOCIOLÓGICA**

Si el estudio de las emociones es relativamente reciente y aun poco extendido en la sociología, la descripción detallada de los diversos sentimientos y su contexto social es aun menor, prácticamente inexistente. En este apartado me he visto en la necesidad de hacer un ejercicio creativo de inferencia de las diferentes aportaciones de la literatura y desde el propio trabajo de investigación que actualmente estoy desarrollando, para hacer un acercamiento al miedo y su contexto social.

Podemos entender que el miedo surge en situaciones en que el actor se siente vulnerable. Este miedo-ansiedad se introyecta de forma que se percibe la amenaza de un peligro inminente y que se esta a la merced de la voluntad de los demás. Consecuentemente, el miedo produce la impresión de que no se tiene control sobre las situaciones que uno padece y sobre la propia toma de decisiones. De alguna manera, el miedo trae consigo una cierta infantilización de la persona que aprecia en los demás una capacidad de decidir y actuar, pero que el actor carece. Lo incierto y la incapacidad de intervenir sobre un potencial peligro que esta por venir, son elementos de una gran fuerza que pueden al sujeto a analizar su situación desde una indefensión aprendida, una parálisis, ya que nada se puede hacer para cambiar la realidad. El miedo, pues, anularía la capacidad de agencia y estaría muy relacionado con la impotencia. Por otro lado, y trazando el reverso de la descripción hecha previamente, la confianza y el empoderamiento son la ausencia y el manejo del miedo.

Es relevante tener en cuenta la atribución que hace el actor sobre su falta de poder y el consecuente miedo. Si lo atribuye a una deficiencia propia se despierta temor. Si, por otro lado, se trata de un exceso de poder de los otros la persona sentirá, rabia y hostilidad. Asimismo, el miedo esta muy influido por las experiencias pasadas y la interpretación que la propia persona hace de esas experiencias de manera que podemos prever que las personas que han tenido experiencias pasadas de abuso y falta de poder, experimenten mayores sentimientos de temor en el presente y es previsible que hagan un pronóstico negativo sobre su futuro.

En la trayectoria vital es importante considerar el ‘trabajo emocional’ que se ha ido desarrollando, en que contexto y situaciones era esperado y previsible que la persona tuviese miedo y en cuales no, las sanciones y refuerzos recibidos, pues, como hemos señalado anteriormente esta emoción se mueve en un marco normativo de las ‘reglas emocionales’. En caso de que los sujetos evalúen que están sintiendo miedo en un momento que no es adecuado, o a la inversa, es previsible que se desarrolle un trabajo de gestión emocional con el objetivo de adecuar o ajustar sus sentimientos a lo socialmente esperable.

Pero también existe una capacidad de decisión por parte del sujeto que permite revisar, criticar y cambiar las normas emocionales y quizás contrastar sus propias emociones y alterarlas a la luz del nuevo marco normativo. Los actores a menudo identifican esas imposiciones

sociales y deciden no seguir la norma de tener miedo, de manera que transgreden o alteran el orden habitual e incluso pueden establecer nuevos marcos normativos. El miedo, como las demás emociones, no es estático sino maleable. La percepción e interpretación de los sentimientos varía enormemente en el tiempo, también en función de las interacciones que haya tenido el sujeto, en función del contexto social y de los discursos dominantes acerca del mismo. Como no, el papel que el sujeto desarrolla en el 'hacer' las emociones. Las personas van haciendo una lectura de sus propias experiencias y sus sentimientos a lo largo del tiempo, interpretan los sentimientos pasados y toman decisiones de manera más o menos conscientes de cómo quieren vivir esas emociones en el presente. El contexto social e histórico es igualmente importante. No podemos obviar que en el mundo occidental actual el miedo es un sentimiento presente que la sociedad se empeña obstinadamente en abordar con más y más seguridad, cuando precisamente vivimos en las sociedades más seguras que la historia ha conocido.

Respecto a los ejes de clase social y género, hay autores que han relacionado el miedo con las clases sociales trabajadoras. Sin embargo, hay quienes son de la opinión de que el miedo y la ansiedad revelan más sobre las relaciones de género y los lazos intergeneracionales que sobre la clase social, como es el caso de Carol Smart. Atendiendo a los patrones de jerarquía de género, podemos decir que los hombres y las mujeres temen cosas diferentes. El miedo es una emoción mas tolerada socialmente para las mujeres, mientras que para los hombres es un sentimiento prohibido. Ya hemos señalado

que estas pautas están cambiando, pero en este momento nos interesa poner en relieve la manera que los miedos de las mujeres son un ajuste a las expectativas sociales de género, de manera que ser temerosas les hace aparecer más femeninas y les otorga gratificaciones positivas por el hecho de ajustarse al sistema de jerarquías de género.

El miedo de las mujeres está también relacionado con el patrón de mujer emocional que está más en contacto con el mundo de las emociones, tanto propio como ajeno, pero que corre el peligro de verse desbordada por las pasiones, y no saber controlar sus afectos. Por otro lado, tal y como yo insinuaba anteriormente, las mujeres ‘actúan’ el miedo como respuesta a estas expectativas sociales. No sería esperable, ni premiado socialmente que las mujeres se comportasen de manera valerosa y no manifestasen miedos, como no es aceptado que los hombres actúen de manera temerosa. Si miramos a la representación tradicional de la mujer en el cine, podemos traer a la mente fácilmente la imagen de la mujer subida encima de una silla, asustada ante la aparición de una rata. No son menos frecuentes representaciones de las mujeres como víctimas de ataques, agresiones o violaciones. El miedo se representa como elemento importante de la vida de las mujeres, y también como constituyente de la propia feminidad. Si a ello le añadimos el prototipo de hombre valeroso, alejado de las emociones, y dispuesto a proteger a una mujer débil y asustada; nos resulta la ecuación de la dependencia, la complementariedad y la desigualdad de género. Consecuentemente, encontramos una coincidencia entre la posición desventajosa de las mujeres en la

estructura social patriarcal, las ideas y discursos que se despliegan al respecto, y la manera en que las mujeres ‘actúan’ esas emociones dentro de este universo social.

Desde un punto de vista feminista crítico, el miedo de las mujeres es uno de los grandes mecanismos de control encaminado a que éstas se ajusten a su rol subordinado y de falta de libertad. En el trabajo de Wendy Langford *Revolutions of the Heart* pone de manifiesto que el miedo de las mujeres en las relaciones de pareja heterosexuales se hace presente. A través de entrevistas a mujeres en el Reino Unido encuentra miedos en las mujeres relativos a la propia identidad y la soledad. En sus relatos, ellas manifiestan que no es necesario tener pareja para ser feliz y que no merece la pena llevar una relación insatisfactoria. La valoración de la soltería es positiva, pero al mismo tiempo sus experiencias son ambivalentes. Algunas mujeres que están en relaciones de larga duración envidian la libertad que estar sola conlleva, pero quienes han vivido tiempo sin pareja manifiestan sus reticencias a abandonar la seguridad que una relación proporciona. Estas inseguridades en torno a la soltería revelan miedos más profundos. Sus relatos muestran una identificación entre estar en una relación y ser valiosa, mientras que estar soltera significa de alguna manera tener alguna falla. Las mujeres manifestaban sentimientos de no merecer la pena o no ser valiosa en contraste con su búsqueda de ser especial. Estar soltera está asociado a temores de no ser capaz de poder llevar adelante la propia vida. Es el miedo a la autonomía.

Estas ideas nos llevan a la relación entre el amor y el miedo, y cómo ambos interactúan en la forma en que las mujeres construyen sus relaciones de pareja. ¿Qué hay de temeroso en la vida de las mujeres para que busquen refugio en una relación de pareja? ¿Qué miedos se desencadenan al comenzar una relación y a lo largo de la misma? ¿Qué peso tiene el miedo en la toma de decisiones sobre las relaciones amorosas? Son preguntas que no pretendemos responder en este ensayo, pero que resulta interesante formular de cara a explorar el mundo de las relaciones íntimas de pareja y los miedos de las mujeres. A este respecto, me permito mencionar el estudio que actualmente estoy desarrollando acerca de las relaciones de pareja de mujeres en prisión.

Por razones de brevedad, no es posible detenernos en explicar los objetivos, metodología y conclusiones de la investigación, pero podemos decir que uno de los resultados preliminares apunta precisamente a este miedo a la soledad, que conduce a muchas mujeres a aceptar situaciones de infelicidad, incluso violencia, antes de enfrentar el hecho encontrarse solas. Como muestra, presento una cita de una de las entrevistas que he realizado en prisión. Preguntada por las razones que le llevaron a comenzar una relación de pareja, esta mujer dice:

“Porque me sentía muy sola, me sentía muy sola, necesitaba... yo era muy cariñosa y me gustaba dar cariño. También me gustaba recibirlo pero él no era tan cariñoso. Luego ya sí. Era a veces. No sé, no me gustaba estar sola. Más que nada la

soledad me aplastaba, la soledad (llora). Siempre me ha aplastado la soledad. Y aunque fueran malas cosas, prefería estar con alguien a estar sola”.

Algo está ocurriendo en la vida de las mujeres que provoca que esta emoción tenga un papel relevante y esté operando en la vida íntima de las relaciones de pareja, al menos en las heterosexuales. Estas y otras preguntas quedan en el aire y son un reto para ir explorando nuevos terrenos del ámbito social en el futuro.

## **A MODO DE REFLEXIÓN FINAL**

Hemos iniciado este camino de la mano de Amelia en su angustiada situación laboral y familiar, y terminamos con una breve pero expresiva cita de una mujer anónima que, estando en la cárcel, hace un recorrido por sus experiencias de pareja y saca a la luz su miedo a estar sola. Entre esos dos puntos, hemos intentado justificar el estudio de las emociones desde el punto de vista sociológico, apreciando cómo estas tienen mucho que ver con normas, estructuras sociales, relaciones de poder y estatus y jerarquías de género. Hemos hecho un breve acercamiento a los diferentes enfoques teóricos sobre el tema y hemos podido comprobar que el campo está aún sólo apuntado, pero que aparecen grandes temas de reflexión, tanto a nivel micro como macro y en la intersección entre ambos niveles. Asimismo, hemos apuntado la importancia de tener en cuenta que las emociones se distribuyen de manera desigual a lo largo de



la estructura social y hemos querido poner de relieve que las desigualdades de poder y estatus derivadas de las jerarquías de género tienen importantes consecuencias y sugerentes lecturas para comprender las relaciones sociales. El acercamiento al miedo ha sido un intento de establecer una descripción más detallada de una de las emociones negativas, que engarza con las vivencias de las mujeres y al ámbito de las relaciones íntimas de pareja, que actualmente está tomando gran vigor en la disciplina, y con el estudio de las relaciones amorosas, otro nuevo campo de interés de las ciencias sociales que actualmente está siendo desarrollado más en detalle por las teorías feministas. Evidentemente, habría muchas más lecturas que hacer del miedo. Esta emoción abrió una veta de reflexión y debate a partir de los atentados del 11-M, revitalizando el interés por las emociones en grandes acontecimientos colectivos.

Un largo camino le queda a la sociología para comprender las emociones en el mundo social, para establecer el estudio del “sujeto sintiente”, pero también en explorar cada una de las emociones y, como reto mayor, tener en cuenta que las emociones están presentes en nuestro quehacer sociológico.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- BARBALET (2002): ‘Why emotions are crucial’ in BARBALET (ed.): *Emotions and sociology*. Sociological Review. Oxford, Blackwell
- BERICAT, E. (2000): “La sociología de la emoción y la emoción en la sociología”. *Papers*, 62: 145-176

- BURKIT, I. (1997): 'Social relationships and interactions' en *Sociology*, 31: 37-55
- DEREK, L. (2004): *Emotion in social life*. London: Sage.
- DUNCOMBE, J. and MARSDEN, D. (1993): 'Love and intimacy. The gender division of emotion and 'emotion work' en *Sociology* 27 (2): 221-41
- ELIAS, N. (1987): "On human beings and their emotion: A process-sociological essay" en *Theory, Culture and Society*, 4:339-61
- GIDDENS, A. (2008, 6ed.): *La transformación de la intimidad. Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas*. Madrid, Cátedra.
- JACKSON, S. (1993): "Even Sociologists fall in Love. An exploration in the Sociology of Emotions" en *Sociology*, 27 (2): 201-20
- KEMPER, T. D. (1979): *A Social Interactional Sociology of Emotions*. New York, John Wiley
- KEMPER, T. D. y COLLINS, R. (1990): "Dimensions of Microinteraction" en *The American Journal of Sociology*, 96:32-68
- KEMPER, T. D. (2002): "Predicting emotions in groups: some lessons from, September 11" en BARBALET (ed.): *Emotions and sociology*. Sociological Review. Oxford, Blackwell
- LUPTON, D. (1998): *The emotional self*. London, Sage
- SAYER, A. (2005): *The moral significance of class*. Cambridge, Cambridge University Place
- SHILLING, C. (2002): "Two traditions in the sociology of emotions" en BARBALET (ed.): *Emotions and sociology*. Sociological Review. Oxford, Blackwell
- SMART, C. (2007): *Personal Life*. Cambridge, Polity

- \_\_\_\_\_(2009) 'The Allure of restraint. Doing emotionless sociology'. <http://www.socialsciences.manchester.ac.uk/realities/resources/presentations/20090225smart/20090225smart.html>
- LANGFORD, W. (1999): *Revolutions of the heart*. Londres, Routledge
- LUTZ, C. (1986): "Emotion, thought and estrangement: emotion as a cultural category" en *Cultural Anthropology* 1: 287-309
- FRANKS, D. (1989): 'Power and role-taking: A social behaviourist's synthesis of Kemper's power and status model' in Franks and Mc Carthy: *The sociology of emotions: Original Essays and research papers*. Contemporary Studies in Sociology. London, Jai Press
- FUREDI, F. (2002): *The culture of fear*. New York, Continuum
- HOCHSHILD, A. R. (1979): 'Emotion work, feeling rules, and social structure' in *American Journal of Sociology*, vol. 85, no. 3 (pp. 551-575)
- \_\_\_\_\_(2003): *The managed heart. Commercialization with human feeling* Berkeley, University of California Press
- TURNER, J. (2010): 'The stratification of emotions: some preliminary generalizations' in *Sociological Inquiry*, 80 (168-199)