

1. Trabajos de difusión en investigación

Desarrollo moral, vergüenza y obesidad

*Estamos en la época anti-edad y anti-peso...
Lipovetsky, 2007, Los tiempos hieprmodernos*

PSIC. MARÍA DEL ROSARIO GUIZA MONTIEL

Carrera de Psicología, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, UNAM

Al tratar la obesidad, los aspectos sociales de imagen exterior y rasgos de personalidad, marcan la diferencia entre las personas. Por ese aspecto, se dice flaca o flaco *por que no come*, gorda o gordo *por que come mucho*; quien califica, basa su opinión a los excesos o déficits de comportamiento vinculado a la alimentación de las personas. El rechazo casi total de la persona con sobrepeso (u obesidad) es tan marcado que impacta en su propia persona u su desarrollo. Personas con normopeso se *sienten* gordas y las gordas muestran rechazo a los otros o les genera emociones negativas como la culpa o la vergüenza. Por lo que la cultura de la delgadez y el estigma de la obesidad obligan a las personas a conseguir este ideal prácticamente inalcanzable; se considera por lo tanto importante determinar si estas creencias favorecen la proclividad a la vergüenza en la población en general (Guillén-Riebeling, 2015).

Señala Parra-Carriedo (2016):

La construcción social de la obesidad como enfermedad y la delgadez como ideal corporal han adquirido connotaciones morales en la Posmodernidad. Actualmente la gestión de la apariencia física –anti-edad y anti-peso- ha cobrado relevancia, y el cuerpo delgado –muy delgado-, se ha promovido, especialmente mediante los medios de comunicación y la comercialización de productos y servicios; debajo de ello subyace un discurso de poder y autocontrol, y se ha equiparado con buena salud. Por su parte, las personas con obesidad han sido blanco de estigma y discriminación, al atribuirse una causa autoinflingida y en perjuicio de la sociedad aumentando los costos de atención sanitarios. Es importante que el discurso biomédico reflexione sobre la construcción de estos estereotipos (página 178).

Conocer qué lleva a las personas a extremos como: el rechazo a consumir alimentos, a hacer la digestión, a comer pocas cantidades de alimentos todo el día, permite a los profesionales de la salud y de la psicología orientar un tratamiento adecuado a cada persona y comprender sus *razones* para separar la conducta alimentaria inadecuada de la sana alimentación; distinguir que la alimentación y el ejercicio son dos variables relacionadas con la condición corporal de peso, no sus

determinaciones, *ya que la obesidad es multifactorial, es factor de riesgo y multicausal* (Delgado-Jacobo, 2018).

Este trabajo aborda un pilar de la conducta humana: el desarrollo moral, que va a moldear socialmente a cada persona y la importancia de las relaciones que tiene la persona con los demás, consigo mismo(a) y con su ambiente.

EL DESARROLLO MORAL

El desarrollo moral se puede entender como la capacidad de tener emociones y conductas que reflejan preocupación por los demás, respetando las normas sociales; como compartir, ayudar, estimular, tolerar, cooperar, etc.

Tradicionalmente el desarrollo moral ha sido analizado desde dos perspectivas teóricas, que constituyen dos formas de entender el desarrollo moral: como interiorización de normas sociales y como una construcción activa que el propio sujeto realiza a través de la interacción con el medio.

Las teorías que consideran el desarrollo moral como un proceso de interiorización de las normas sociales, son la consecuencia de que el individuo aprende a integrarse a ellas, produciendo la socialización, aprendizaje e internalización por parte del niño y del adolescente de las normas o modelos de la familia y de la cultura.

La teoría conductista parte de los siguientes supuestos: el desarrollo moral consiste en la conformidad conductual y afectiva a unas reglas; este desarrollo está basado en necesidades biológicas o de búsqueda de recompensa; el desarrollo moral es culturalmente relativo; consiste en la interiorización de reglas culturales externas; y la influencia del medio se basa en las variaciones cuantitativas de la fuerza de recompensa.

Por lo tanto los niños deben adoptar y comprender lo que distingue una conducta “buena” de una “mala” y desarrollar hábitos de conducta compatibles con lo que perciben como “bueno”. Desarrollando intereses y un sentido de responsabilidad para el bienestar de los demás, expresando este interés a través de actos de atención, amabilidad y solidaridad.

Las emociones negativas también son muy importantes en la formación del carácter de los niños, tales como el temor al

Recibido en 15 de febrero de 2018.
Aceptado el 22 de marzo de 2018.

castigo, la angustia respecto a la desaprobación social, la culpa por no cumplir sus propias expectativas y la vergüenza. La vergüenza aparece como una forma de incomodidad extrema que surge cuando los niños sienten que no han actuado de acuerdo con las expectativas de otras personas.

Las actuales condiciones sociales, económicas y científicas, plantean serias interrogantes en torno a los juicios, a los comportamientos y a las actitudes que asumen los individuos frente a situaciones en las que la pregunta por el bienestar, la preocupación por el otro, la justicia, la equidad y/o el deber se pone en juego.

La construcción de la personalidad moral, metafóricamente relacionada con un árbol, se puede describir como: la moral es la base, la raíz del árbol, se refiere a los principios que rigen una sociedad; luego viene el tronco que representa los valores aprendidos socialmente deseables, y por lo tanto, aquellos que se transmiten entre generaciones; y las ramas, visualizadas como las actitudes, es decir las conductas éticas que muestran individualmente las personas.

Con la anterior metáfora se explica la integración y congruencia existente entre los tres componentes: raíz, tronco y ramas o lo que es lo mismo: moral, valores y actitudes. Sin embargo, esa raíz sólo se establece, a medida que la persona desarrolla la capacidad de juicio crítico, comprensión, autocontrol y autorregulación. De esta manera puede decidir aquellos valores con que desea dirigir su propia vida, valores acordes y aceptado primero por ella misma, luego por el entorno y la sociedad en que se desenvuelve. También Montero (2001) señala que es un paso cíclico de la moral social a la individual y viceversa, en donde la comunicación se convierte en el medio directo a partir de la cual la persona desarrolla sus capacidades de razonamiento, juicio moral y análisis crítico de modelos dados. Los modelos se toman principalmente por medio de la conducta mostrada por las figuras representativas o de autoridad cercanas, en donde el lenguaje y la comunicación son inevitables.

No obstante, para encontrar lo cierto y verdadero de la conciencia moral es necesario desarrollar la búsqueda de certezas desde una perspectiva moral. A la persona le resulta imprescindible saber lo que objetivamente es bueno y lo que es malo; sin esta certeza la persona quedará desorientada y con incapacidad estructural para tomar decisiones responsables. Lo anterior se reafirma con Kohlberg, (1992) ya que para este autor, la conciencia moral individual y autónoma se basa en el aspecto cognitivo a partir del razonamiento y el juicio moral propio del individuo.

El desarrollo moral implica una estrecha relación entre juicio moral y conducta, (Kohlberg, 1992). Es por esto que en el paso de la moral social a la individual es necesario analizar el papel de la comunicación que se produce entre un adulto y un menor, padre-niño; maestro-alumno, dentro de una realidad institucional o social compartida temporalmente. No siempre el menor comprende la definición o mensaje del adulto, pero por el tipo de relación que se establece, éste lo da por sentado.

Bajo un adecuado proceso de construcción; la libertad, autonomía y moral debieran estar presentes para encontrar formas óptimas de comunicación con los más jóvenes, donde puedan compartirse los significados como única forma de lograr comprensión, evitando intersubjetividad entre los implicados primarios de la educación moral.

Entonces la moral como un suceso social porque no puede practicarse en soledad, (Abarca y Vargas, 1993). De ahí la importancia de cuidar los comportamientos y las actitudes mostradas en la convivencia cotidiana, principalmente dentro de los ambientes educativos, o que conciernen a todo profesional. Se considera que para un desarrollo social satisfactorio, se requiere de un contacto adecuado con los iguales, seguridad en sí mismo y comprobar la conducta por medio de las relaciones sociales, éstas deben contener afectividad para que se produzcan (Vargas, 2004).

LA TEORÍA DEL DESARROLLO MORAL DE KOHLBERG

Los fundamentos la Teoría de Kohlberg, se encuentran en la Teoría del Desarrollo Cognoscitivo de Piaget, y en particular en su libro *El Criterio Moral del Niño* (Piaget, 1932/1974). La descripción del juicio moral del niño donde propuso que el niño evoluciona a través de cuatro etapas de razonamiento progresivamente abstracto. Todos los niños se desarrollan a través de la misma secuencia, independientemente de sus experiencias particulares, su familia o su cultura. En relación al Desarrollo Moral, Piaget propone la existencia de dos grandes etapas: la etapa heterónoma o de realismo moral, y la etapa autónoma o independencia moral (Barra-Almagiá, 1987).

Al respecto Kohlberg comenta que en sus investigaciones con adolescentes llegó a la conclusión que la madurez moral no se conseguía con el estadio piagetiano de autonomía moral, por lo que elaboró un esquema de desarrollo moral en seis estadios, donde las dos etapas de desarrollo moral de Piaget correspondían sólo a los dos primeros estadios (Mifsud, 1983). El juicio moral es un proceso que permite reflexionar sobre los propios valores y ordenarlos en una jerarquía lógica, especialmente cuando se enfrenta un dilema moral "... el ejercicio de la moral no se limita a raros momentos en la vida; es integrante del proceso de pensamiento que empleamos para extraer sentido de los conflictos morales que surgen en la vida diaria" (Hersh, Reimer y Paolitto, 1984).

En el enfoque cognitivo-evolutivo, un estadio consciente y específico de la aprehensión de lo real. Las propiedades de los estadios cognitivos son:

1. Implican formas cualitativamente diferentes de pensar y de resolver los mismos problemas.
2. Estas diferentes formas de pensar pueden ser ordenadas en una secuencia invariante.
3. Cada una de estas formas de pensar forma un todo estructurado. O sea, en cada etapa todas las creencias del individuo están organizadas alrededor de esa particular forma de pensar.
4. Cada estadio sucesivo es una integración jerárquica de lo que había antes. Los estadios superiores no reemplazan

los inferiores sino, más bien, los reintegran (Barra, 1987; O'Connor, 1977).

A partir de sus investigaciones, Kohlberg distingue tres grandes niveles de desarrollo moral, cada uno de los cuales se compone de dos estadios de desarrollo moral. "Los niveles definen enfoques de problemas morales; los estadios definen los criterios por los que el sujeto ejercita su juicio moral" (Hersch, Reimer y Paolitto, 1984).

"cada nivel y cada estadio se definen por un conjunto de valores (lo que se considera lo correcto o lo justo) y un conjunto de razones para apoyar lo correcto.

En el nivel preconvencional se enfocan los problemas morales desde la perspectiva de los intereses concretos de los individuos implicados, y de las consecuencias concretas con que se enfrentaron los individuos al decidir sobre una acción particular. Las normas y las expectativas de la sociedad son algo externo al sujeto, y el punto de partida del juicio moral son las necesidades del yo. Este nivel caracteriza el razonamiento moral de los niños, de algunos adolescentes y aún de algunos adultos.

En el nivel convencional se enfocan los problemas morales desde la perspectiva de un miembro de la sociedad, tomando en consideración lo que el grupo o la sociedad espera del individuo como miembro u ocupante de un rol. El sujeto se identifica con la sociedad y el punto de partida del juicio moral son las reglas del grupo. Este nivel normalmente surge en la adolescencia y permanece dominante en el razonamiento de la mayoría de los adultos en diversas sociedades.

En el nivel postconvencional o de principios se enfocan los problemas morales desde una perspectiva superior o anterior a la sociedad. El sujeto se distancia de las normas y expectativas ajenas y define valores y principios morales que tienen validez y aplicación más allá de la autoridad de personas, grupos o de la sociedad en general, y más allá de la identificación del individuo con tales personas o grupos. El punto de partida del juicio moral son aquellos principios que deben fundamentar las reglas sociales. Este nivel, el más difícil de encontrar, puede surgir durante la adolescencia o el comienzo de la adultez, y caracteriza el razonamiento de sólo una minoría de adultos (Barra, 1987, página 11).

Si estos principios entran en conflicto con las normas de la sociedad, el individuo postconvencional juzgará y actuará por principios más que por convenciones sociales (Linde-Navas, 2009, página 4).

Estos niveles permiten identificar las conductas y las cogniciones que el individuo genera en ciertos contextos.

EMOCIÓN

La palabra emoción proviene del latín *movere* (mover) que significa sacar hacia afuera, sacar fuera de nosotros mismos. La emoción no impele a una acción y esta acción suele sacudir nuestro ánimo sacándonos fuera de nosotros mismos, permitiendo a los seres vivos mantener su supervivencia.

Cuando se produce una emoción: primero, realizamos una evaluación consciente o inconscientemente que nos permite valorar la relevancia de aquel evento, la pregunta a contestar: ¿Es positivo o negativo para el logro del objetivo planteado? La emoción es positiva cuando el evento supone un avance hacia el objetivo y es negativa cuando supone un obstáculo. Segundo, una emoción predispone a actuar a veces de forma urgente cuando nos sentimos amenazados, por esta razón emoción y motivación están relacionadas. Tercero la vivencia de una emoción va acompañada de reacciones involuntarias como los cambios de carácter fisiológico: taquicardia, rubor, sudoración, presión sanguínea; y voluntarias como expresiones faciales, verbales y conductuales. La observación del comportamiento nos permite deducir que tipo de emociones está experimentando el individuo.

En consecuencia, la emoción es: *un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno* (Bisquerra (2000, página, 61).

Las emociones negativas también son muy importantes en la formación del carácter de los niños, tales como el temor al castigo, la angustia respecto a la desaprobación social, la culpa por no cumplir sus propias expectativas y la vergüenza.

Cuando hablamos de vergüenza hablamos de un sentimiento moral. Un sentimiento moral "es un sentimiento único y diferenciado que se produce solamente cuando todo el ser humano con sus pasiones y su capacidad de reflexión procede a elaborar juicios morales. Por ello la vergüenza solo se puede sentir ante la mirada del otro en la cual el "yo" se siente juzgado.

La palabra vergüenza proviene del latín *vereor* que significa avergonzarse y *verecundia* que significa vergüenza, reverencia, reverenciar. Verecundia es el pudor. La modestia, el respeto, y también el enrojecimiento que produce la vergüenza.

La persona estigmatizada por la condición de pobreza vive avergonzada bajo los ojos de reprobación de los demás, se siente excluida; vive con temor y con rabia dicha exclusión; es separado en todos los ámbitos: educacional, de salud, de bienestar, emocionalmente vive en una cuerda a punto de cortar. "tener las bases sociales que aseguren a cada persona el respeto por sí misma, no sufrir humillaciones y ser tratada como un ser digno cuyo valor es igual al de los demás".

Todo tipo de estigmatización, que no cumpla las "reglas" impuestas, por lo que se considera socialmente correcto, avergüenza. Así tenemos a grupos vulnerables: homosexuales, mujeres maltratadas, discapacitados, pobres. Las consecuencias de la estigmatización les relegan al ocultamiento social, mermando la dignidad humana. Así se crea la inseguridad, el temor, la rabia, la ira, emociones que si no se saben regular y gestionar pueden acabar destruyendo al ser humano.

A su vez la vergüenza *te hace sentir culpable*. Hansberg (1996): la vergüenza y la culpa son emociones de

autoevaluación e implican autocensura. La persona que se siente culpable siente que ha transgredido todas las normas, y dicha transgresión nos lleva a la condición de diferencia y esta a su vez nos lleva a la condición de diferencia y esta a su vez nos lleva a sancionar al que es “distinto”. Para poder contrarrestar esta situación deberíamos ser capaces de promover el respeto por el otro y la capacitación para la superación de dicha condición de pobreza, de discapacidad o condición sexual.

Además, la vergüenza implica la creencia acerca de nuestro propio status y acerca de la noción de un observador. Realizamos un juicio adverso que dirigimos hacia nosotros mismos; nos sentimos degradados, en desventaja; no es lo que creíamos o lo que esperábamos. Y por otro lado tenemos la idea de que somos visos de una forma inapropiada por la persona que nos observa y sanciona. El otro permite que veamos y reconozcamos la falta, el defecto o la falla.

La vergüenza es una emoción que nos invade y a la vez es un sentimiento moral. Nos sentimos afectados y ocultamos nuestra condición por la culpa que nos ocasiona la reprobación social. “la vergüenza es una emoción dolorosa, que responde a una sensación de no poder alcanzar cierto ideal”. *Uno se ve a sí mismo con los ojos de otro y reconoce, de este modo, la naturaleza de su acción, de su defecto, falla o circunstancia* (página, 159).

Por último se retoma la siguiente propuesta de Hansberg (1996):

La vergüenza moral, la culpa, el remordimiento, y también la indignación, pueden verse entonces como emociones morales en el sentido de que todas ellas requieren, de parte del sujeto que las tiene, un sentido de los valores morales y una conciencia, más o menos desarrollada, de las distinciones morales, de lo que es correcto o incorrecto, honorable o deshonesto, justo o injusto (página 168).

La relación de la obesidad con el desarrollo moral y la emoción de vergüenza muestra en a la persona en su calidad humana de sentir y emocionarse, así como de reaccionar a la cultura dominante de la delgadez, evitando a toda costa el rechazo y la discriminación.

REFERENCIAS

- Barra-Almagiá, E. (1987). El desarrollo moral: una introducción a la teoría de Kohlberg. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 19(1), 7-18.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis, 2000.
- Guillén-Riebeling, R.S. (2015). *Proclividad a las emociones de culpa y vergüenza: Estrategias de enfrentamiento y su relación con la percepción del índice de masa corporal*. México, UNAM, FES Zaragoza.
- Hansberg, O.E. (1996). De las emociones morales. *Revista de Filosofía*, IX (16), 151-170.
- Hersh, R., Reimer, J. & Paolitto, D. (1984). *El crecimiento moral. De Piaget a Kohlberg*. Madrid: Narcea S. A. de Ediciones
- Kohlberg, L. (1992): *Psicología del desarrollo moral*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Linde-Navas, A. (2009). La educación moral según Lawrence Kohlberg: una utopía realizable. *Praxis Filosófica*, 28, 7-22.
- Lipovetsky, G. (2007). *Los tiempos hipermodernos*. Barcelona: Anagrama.
- Mifsud, T. (1981). *El pensamiento de Jean Piaget sobre la psicología moral*, Chile: Centro de Investigación y Desarrollo de la Educación.
- O'Connor, J. (1977). Moral judgments and behavior. En L. Wrightsman (Ed.). *Social psychology* (pp. 242-275). California: Brooks/Cole.
- Parra-Carriedo, A. (2016). La ética de la obesidad y la delgadez en el discurso médico en la posmodernidad. *Iberóforum. R.C.S.U.I.A.*, XI(22), 178-185.
- Piaget, J. (1932/ 1974). *El criterio moral en el niño*. Barcelona: Fontanella.



Fuente: <http://www.poblanerías.com/2015/08/hay-4-5-millones-de-niños-obesos-en-méxico/>