

Emoción (resumen de WIKIPEDIA, <http://es.wikipedia.org/wiki/Emoci%C3%B3n>)

La **emoción** (del *Lat. moveo, emotum* = conmovido, perturbado) es un impulso [involuntario](#), originado como respuesta a los [estímulos](#) del [ambiente](#), que induce [sentimientos](#) en el [ser humano](#) y en los [animales](#), y que desencadena [conductas](#) de reacción automática. La especie humana es considerada capaz de controlar sus emociones de manera consciente.

Emociones

Las **emociones** son procesos [neuroquímicos](#) y cognitivos relacionados con la arquitectura de la [mente](#) —[toma de decisiones](#), [memoria](#), [atención](#), [percepción](#), [imaginación](#)— que han sido perfeccionadas por el proceso de [selección natural](#) como respuesta a las necesidades de [supervivencia](#) y [reproducción](#). (Sloman 1981)

- Véase también:
 1. [Conciencia \(Psicología\)](#)
 2. [Lenguaje no verbal](#)
 3. [Inteligencia](#)

Etimología

[Etimológicamente](#), el término *emoción* significa *el impulso que induce la acción*. En [psicología](#) se define como aquel sentimiento o [percepción](#) de los elementos y relaciones de la [realidad](#) o la [imaginación](#), que se expresa físicamente mediante alguna función [fisiológica](#) como reacciones faciales o [pulso cardíaco](#), e incluye reacciones de conducta como la [agresividad](#), el llanto. Las emociones son materia de estudio de la [psicología](#), las [neurociencias](#), y más recientemente la [inteligencia artificial](#). Ver [biopsicología de la emoción](#).

Origen

Según [Aaron Bande](#) ^[1], la necesidad de enfrentar un mundo cambiante y parcialmente impredecible hace necesario que cualquier sistema inteligente (natural o artificial) con motivos múltiples y capacidades limitadas requiera el desarrollo de emociones para sobrevivir. De acuerdo a [Linda Davidoff](#) ^[2], las emociones se constituyen mediante los mismos componentes subjetivos, fisiológicos y conductuales que expresan la percepción del individuo respecto a su estado mental, su cuerpo y la forma en que interactúa con el entorno, siendo así ¿qué ventajas podría tener un sistema artificial muy complejo, digamos, una planta nuclear, que fuera diseñado para que sus sistemas de control reaccionaran de forma emotiva? ¿cómo funcionaría un avión de combate emotivo? ¿sería prudente que el sistema de control de un buque petrolero sintiera miedo o enojo? ¿y el sistema de vigilancia de un aeropuerto?, contrario a la creencia popular, las emociones, lejos de ser un obstáculo en la comprensión cabal del universo lo describen con claridad. Las emociones son mecanismos que permiten a la [mente](#) describir un [universo](#) que no necesariamente puede ser representado simbólicamente. La percepción emocional del entorno es una visión diferente del mundo que nos rodea.

Filosofía

La descripción de las emociones como casi todos los conceptos relacionados con la [conducta](#) y cognición humana está sujeta a la apreciación desde dos puntos de vista naturalmente opuestos. Por un lado, una explicación idealista que se basa en la concepción de un universo infinitamente complejo cuyo entendimiento absoluto solo está en manos de un ser supremo e ideal. En el otro extremo una concepción materialista que describe los fenómenos universales, incluidos aquellos que explican la condición humana, como una consecuencia lógica de la configuración inicial, elemental y simplificada de un universo, que en sus inicios sólo estaba repleto de "voluntad de crear", o sea, energía.

Los idealistas consideran a las emociones como un legado divino cuyo origen no es entendible por mente humana no inspirada. Las emociones son humores invisibles que dictan las reglas de conducta social e individual y que previenen de los efectos nocivos o benéficos de nuestros actos y pensamientos y explican la bondad de las causas. Tratar de explicar las emociones desde este punto de vista implica, para el idealismo, tratar de razonar la relación que existe entre el entendimiento humano y los designios de [Dios](#). La inspiración divina se comunica con los seres humanos mediante las emociones, las emociones son en estos términos caracteres de un lenguaje cuyos mensajes solo puede ser entendido por aquellos que han logrado un nivel de comprensión y abstracción espiritual superior de las obras de Dios y de los hombres, filósofos, sacerdotes, adivinos y emperadores. Las emociones vistas de esta manera explican sin necesidad de polémica la divinidad y maldad de todas las cosas. Los dioses, los elegidos y los santos son entonces entidades cuya explicación es el conjunto emocional que provocan en el creyente o en el inspirado.

Del lado opuesto, el materialismo, consideran que los hechos del universo son consecuencia de las alteraciones del azar, generadas por la constante distribución de la [energía](#) hacia los confines del universo, de una gran explosión que afecta, desde sus inicios, una gran sopa submolecular primigénica. Las emociones para el materialista, son estructuras cada vez más improbables de acontecimientos y objetos, que han sido ordenados y almacenados en el complejo rompecabezas de la cognición a lo largo de millones de años de [evolución](#), y que han sobrevivido gracias a continuas escrituras y reescrituras en la biblioteca proteica del genoma animal.

Independientemente de cual de estas explicaciones consideremos más aceptable, las emociones constituyen un concepto tan importante que no permiten dejar camino sin recorrer. Los estudios tanto humanistas como materialistas de los complejos sistemas emocionales de los seres vivos han permitido explicar muchos aspectos de la complejidad de la interacción humana y los sistemas socioeconómicos. El entendimiento de las emociones es además un mecanismo de poder e influencia bastante maleable y corrompible. De todo esto, adicional a la comprensión de los caracteres emotivos incuestionables de cada individuo, es necesario entender el significado social y práctico de las emociones.

Importancia de la comprensión de las emociones

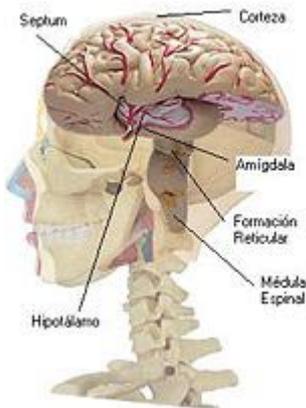
La interacción humana con el entorno es básicamente emocional, las características distinguibles de la cognición humana respecto a otros seres vivientes parece siempre estar definida en el plano emocional, al grado tal que quienes han comprendido este hecho lo han aprovechado para vincular las emociones con objetos e identidades que normalmente no son objetos emocionales del ser humano. ¿Cómo puede un ser humano amar a un automóvil? ¿Cómo podemos apreciar más a una persona que a otra únicamente por su forma de vestir? ¿Cómo podemos amar u odiar a los individuos de una raza como si fueran una única persona? La clave para contestar estas preguntas consiste en la conversión de la entidad real en un objeto de expresión o percepción emocional. El plano de lo emocional es el plano de lo que entendemos o reconocemos como entendido, recordado y concluido en nuestras mentes, si percibes una emoción respecto al hecho, no hay necesidad de discusión adicional "lo has captado". El individuo tiende a recordar con mayor facilidad a las personas con quienes, de una u otra forma, han estrechado un vínculo emocional, aún cuando sea negativo, incluso momentáneo. Las relaciones humanas y las preferencias sobre personas y grupos generadas en instantes de carga emocional son más duraderas y radicales, como en un partido de [fútbol](#) o en una [guerra](#). Las grandes guerras de la actualidad resultan cada vez más difíciles de entender mediante los clásicos modelos socioeconómicos que durante décadas usamos para explicar las guerras de los milenios históricos pasados.

La explosiva importancia actual del estudio de las emociones humanas estriba en la propagación de los medios informáticos. Las innegables características cognitivas de las emociones descubren la trascendencia de la información en la producción de conductas y de apreciaciones de las masas. Millones de seres humanos buscando descargas de emotividad en la gigantesca masa de información de las redes globales, en un mundo donde los medios masivos unidireccionales, se han vuelto completamente indiferentes y poco estimulantes, ante un público cuyas reacciones ya no pueden ser provocadas si la información no incluye un componente explicativo de la realidad individual y de la interacción con el mundo. Es un terreno enorme de posibilidades y peligros para aquellos que sepan describir la forma de interactuar emocionalmente con millones de usuarios, de ahí, que la informática y la [inteligencia artificial](#) adquieran un nuevo papel respecto a lo que los usuarios de la redes informáticas buscan, éstos nuevos usuarios de la información que ahora interpretan y solicitan respuesta acerca de los contenidos de la misma son adictos a las emociones que el proceso mental de información y la comprensión del mundo genera en sus [cerebros](#).

Autores como [Minsky](#), [Isaac Asimov](#) y [Bateson](#) han sido desempolvados y renovados y sus estudios han regresado a las aulas en las universidades, antiguas obras de la [ciencia ficción](#) donde robots inteligentes y emocionales afectan drásticamente el futuro de la humanidad hoy en día son éxitos en las carteleras de las salas de cine en el mundo. Todo esto causa avidez por descubrir la manera en que se ha concebido, cómo las computadoras pueden representar, explicar e interactuar con las emociones humanas, y más importante, cómo comunicarse e influir en millones de seres con el mítico lenguaje de las emociones. La dificultad del proceso se hace evidente cuando se descubre la ignorancia generalizada de las causas y consecuencias de los procesos emotivos y su relación con la cognición y la concepción humana de la misma sociedad.

Al sopesar el abandono, por parte de la ciencia, la [economía](#) y [política](#), del entendimiento de los intrincados laberintos de los sentimientos, las emociones y las creencias de los seres humanos descubrimos cuan ignorantes son las sociedades y sus individuos del futuro de los pueblos, el determinismo económico y político no puede predecir más un mundo tan complejo, de tal manera que se requiere la concepción emocional de los individuos y de las sociedades para ser explicado. Las complejas relaciones sociales en un mundo con recursos cada vez más limitados, con peligros que no se presentan ante los individuos en patrones físicos reconocibles, con estructuras sociales cambiantes y repleto de seres inteligentes y mentes complejas, prevee que la inminente caída de las tecnocracias dará lugar al imperio de las emociones, donde las emociones humanas explican nuestra humana concepción del mundo. ¿Qué tipos de sociedades u organizaciones basan su conformación únicamente en los intercambios emocionales de los individuos? ¿Cuáles son los efectos sociales y políticos del choque entre la racionalidad y la emotividad? ¿Qué culturas modernas se caracterizan por determinar sus preceptos de justicia y riqueza en términos exclusivamente emotivos?.

Componente fisiológico



Mapa de componentes fisiológicos de las emociones

El componente fisiológico de las emociones son los cambios que se desarrollan en el [sistema nervioso central](#) (SNC) y que están relacionados con la presencia de determinados estados emocionales.

Son tres los subsistemas fisiológicos que según [Davidoff](#) están relacionados con las emociones, el SNC, el [sistema límbico](#) y el [sistema nervioso autónomo](#). Durante los procesos emocionales se consideran particularmente activos a los siguientes centros del SNC:

- La [corteza cerebral](#) forma parte del SNC. Davidoff y Sloman coinciden en que la corteza cerebral activa, regula e integra las reacciones relacionadas con las emociones. De acuerdo a la [Arquitectura Computacional de la Mente](#) de Sloman, se requiere de un proceso central administrativo dedicado a las decisiones referentes a intenciones, selección de planes y resolución de conflictos : de acuerdo a Sloman las decisiones de un sistema inteligente no se pueden tomar de manera independiente, de ahí que los procesos desarrollados por la mente que impliquen logros conflictivos necesitan ser resueltos a un mayor nivel de abstracción. Cabe mencionar que Sloman considera los procesos emocionales como la base estructural de la mente de los sistemas inteligentes. ¿Se puede describir el funcionamiento de la mente etapa por etapa? ¿Qué tan compleja o completa podría ser esa descripción? ¿Son los procesos de la inteligencia humana consecuencias lógicas de millones de años de adaptación al entorno? ¿Son la mente y las emociones humanas accidentes estadísticos en una infinita combinación de arreglos de células nerviosas que logró sobrevivir a millones de años de evolución?.
- El [hipotálamo](#) forma parte del sistema límbico. Este se dedica a la activación del [sistema nervioso simpático](#). Este centro está relacionado con emociones como el temor, el enojo, además de participar como activador de la actividad sexual y la sed. ¿Puede estar una persona entrenada para no reaccionar fisiológicamente a las emociones? ¿Son las emociones mecanismos de comunicación primitivos anteriores a los lenguajes simbólicos? o ¿Son mecanismos más sofisticados y evolutivamente más recientes?

- La [amígdala](#) está relacionada con las sensaciones de [ira](#), [placer](#), [dolor](#) y [temor](#). La extirpación de la amígdala causa complejos cambios en la conducta.
- La [Médula Espinal](#): De acuerdo a Harold Wolff, referido por Davidoff^[3] todas las emociones están relacionadas con determinadas respuestas fisiológicas a las emociones. Wolff con sus experimentos demostró que las paredes estomacales reaccionaban a los estados emocionales cambiando su flujo sanguíneo, las [contracciones peristálticas](#) y las secreciones de [ácido clorhídrico](#). [Albert Ax](#) determinó la relación entre las emociones y la frecuencia cardíaca, conductividad eléctrica de la piel (relacionada con la transpiración), tensión muscular, temperatura de rostro y manos y frecuencia respiratoria. Se encontró que las reacciones emocionales al peligro provocaban reacciones similares a la acción de la [adrenalina](#), se encontró que los actos insultantes provocan reacciones musculares, cardíacas y respiratorias similares a la acción de la adrenalina y [noradrenalina](#). [Gary Schwartz](#) encontró que algunas reacciones emocionales provocan cambios de tensión muscular facial imperceptibles a simple vista pero medibles instrumentalmente. Según lo anterior es posible que las reacciones emocionales estén relacionadas con cambios fisiológicos necesarios para que el individuo haga frente a la situación o bien para la transmisión de mensajes o señales de respuesta a otros individuos. Puede considerarse también la hipótesis de que muchos de estos cambios quizás sean perceptibles sólo de forma inconsciente por otros individuos.

Formación reticular, el fabricante de la realidad

Al igual que la corteza forma parte del [SNC](#). Davidoff explica la operación de la [formación reticular](#) como un proceso de filtrado e interpretación básica de la información percibida por el individuo. De acuerdo a esto, Davidoff explica que los procesos de percepción que puedan contener datos o información que potencialmente sea capaz de generar emociones deben filtrarse por este sistema. Sloman dice que para los individuos inteligentes los obstáculos, oportunidades, enemigos y amigos no siempre pueden ser reconocidos por la mente del individuo según patrones físicos simples, de manera que se requiere el uso de una descripción estructural de ellos para reconocerlos. Podríamos proponer entonces que la formación reticular procesa los patrones físicos para reconocer estructuras cognitivas que no son perceptibles directamente por las sensaciones. Cabría preguntarse si es probable el hecho de que los individuos que demostraran una mejor habilidad de percibir situaciones o estructuras complejas de interacción social o humana desarrollan una mayor actividad o crecimiento en la formación reticular.

En torno a la función de la formación reticular en los procesos mentales emotivos debe indicarse la dificultad que hay en describir los procesos de inteligencia y la construcción mental de estructuras lógicas como causa o como consecuencia de los estados emocionales, la aproximación más precisa en ese sentido la da Piaget al describir las conductas emocionales representadas por los niños como consecuencia de los procesos de percepción, aprendizaje y comprensión a diferentes edades (Psicología de la Inteligencia). De ser así las disfunciones en la formación reticular en los niños a causa de alguna enfermedad debe tener consecuencias notables en su habilidad de adaptarse a diferentes métodos de aprendizaje y dicho comportamiento puede revelarse como estados emocionales inusuales en ciertas actividades relacionadas con la cognición.

Me pregunto si habrá casos de niños que adquieren ciertos estados emocionales, tal vez depresivos, cuando el maestro les dice que van a aprender una canción, por ejemplo, y me pregunto si es posible que este tipo de comportamiento esté relacionado con alguna enfermedad previa, que haya alterado las funciones reticulares.

E. Erro,^[4] del Departamento de anatomía de la Facultad de Medicina de la [Universidad de Navarra](#) explica que el sistema reticular puede estar relacionado mediante una cierta región PPTg con los procesos la transformación de motivación en acción o comportamiento. Además añade que por su ubicación, el PPTg pudiera cumplir con las funciones de integrador límbico-motor. Aunque Giménez-Amaya menciona los estados emocionales, cabe señalar que las funciones descritas por Giménez son los elementos básicos de las emociones según Sloman. Esto básicamente significa que en efecto las afecciones en determinadas regiones de la formación reticular pueden estar relacionadas con alteraciones en los procesos afectivos y de ahí con las habilidades de aprendizaje de los individuos. Giménez menciona en este mismo artículo la relación de la zona [PPTg](#) del sistema reticular con enfermedades como la [esquizofrenia](#) y las [alucinaciones](#). La explicación de Giménez es relevante y la citamos textualmente:

En la esquizofrenia, trastorno caracterizado por síntomas psicóticos así como por alteraciones de atención y cognitivas, apatía y déficit emocional, se ha estudiado también la posible participación del PPTg. En cerebros de pacientes con esta enfermedad se ha encontrado un aumento en el número de neuronas en este núcleo lo que indica que una de las posibles causas de la esquizofrenia podría ser una alteración del desarrollo prenatal. Estos hallazgos sugieren además una participación de la formación reticular del tronco del encéfalo en la patofisiología de la esquizofrenia y pueden explicar algunos de los síntomas que aparecen en ocasiones, como son las alteraciones de la marcha y del ciclo vigilia-sueño y, quizás, las alucinaciones.

J.M. Giménez-Amaya^[5]

Giménez-Anaya en su artículo al describir algunas de las funciones de la formación reticular nos sugiere que la formación reticular relaciona algunos estados emocionales con la habilidad del individuo de permanecer alerta (sueño-vigilia) en un entorno cambiante y de percibir adecuadamente los estímulos para interpretar la realidad del entorno. En otras palabras, la formación reticular sería como una especie de intérprete y enlazador de los estímulos del mundo y la conexión con la concepción de la realidad para cada individuo. En el artículo de Giménez-Anaya se menciona una serie de enzimas relacionadas con los procesos neuroquímicos de la formación reticular.

Sloman considera la importancia de representar el estado mental de otros individuos como una necesidad en los entornos altamente socializados "...donde las acciones y las actitudes adquieren importancia...". Este tipo de necesidades son consideradas por Sloman como las limitaciones que el individuo debe superar mediante los procesos de inteligencia. En el caso del comportamiento humano la expresión de emociones como la vergüenza tienen un importante trasfondo fisiológico y un papel determinante en el comportamiento. ¿Determina el conjunto de conductas relacionadas con las emociones la [jerarquía](#) social que los individuos ocupan en un grupo?, si es así y además existe la posibilidad de que los estados emocionales estén relacionados con la herencia genética, ¿sería posible que determinadas razas y familias estén genéticamente predispuestas a ocupar niveles superiores en las jerarquías sociales animales y humanas?

Componentes subjetivos

El componente subjetivo de las emociones es el conjunto de procesos cognitivos relacionados con la respuesta emocional a determinados estados del entorno y cambios fisiológicos. [Piaget](#) explica en su *Psicología de la Inteligencia* que algunas reacciones emocionales son producto de los procesos mentales que tratan de estructurar el entorno del individuo.

Los procesos de aprendizaje y comprensión de acuerdo a Piaget son procesos que intrínsecamente generan o requieren la existencia de estados emocionales. El componente subjetivo de la emoción es objeto de polémica. Hay varias aproximaciones, una neurosicológica, que explica las emociones de acuerdo con la conciencia individual y a la percepción humana de las mismas y al análisis de sus relaciones con la conducta y la fisiología. Otra aproximación que trata de explicar las emociones como consecuencia de los procesos necesarios para el funcionamiento de diferentes estructuras cognitivas de la mente. Una tercera y poco común trata de explicar las emociones como un conjunto de consecuencias fisiológicas y de conducta producto de la conformación de estructuras lógicas en los procesos mentales.

Todas las aproximaciones que tratan de explicar el componente subjetivo de las emociones suelen ser unos casos especiales de las otras, esto es, las emociones se generan por niveles de abstracción los cuales definen su complejidad, desde emociones superficiales resultados de percepciones elementales y reacciones inmediatas, hasta emociones complejas producto del análisis de escenarios y entornos complejos que implican elementos de la memoria y consideraciones de estados pasados, actuales y futuros del individuo, de esta forma los mismos tipos genéricos de emoción, como por ejemplo, el enojo, pueden generarse de varias formas según el nivel de abstracción, por una reacción inmediata a un estímulo nervioso directo, como una herida, o bien como resultado de una apreciación abstracta del entorno, como al escuchar un discurso ofensivo.

Normalmente las reacciones emocionales fisiológicas observables son difíciles de diferenciar por su nivel de abstracción. La principal diferencia, la duración, depende del estado de aceptación o rechazo del individuo a las condiciones del entorno o bien a la duración de las condiciones que la provocaron. Sin embargo no queda duda que las reacciones emocionales también están relacionadas con la bioquímica del organismo. ¿Cambiará la bioquímica de los procesos mentales relacionados con las emociones dependiendo del nivel de abstracción mental que generó la emoción? ¿se requieren ciertas condiciones en la química de la sinapsis para generar determinado tipo de emociones? ¿Estas condiciones varían de acuerdo al nivel de abstracción? Si es así, entonces la producción de ciertas enzimas en el cerebro determinaría la capacidad de ciertos individuos para lograr determinados estados emocionales y de ahí su habilidad o dificultad de permanecer en estos estados emocionales en los procesos de enseñanza, aprendizaje y comprensión. Si existiera una relación entre el genoma del individuo y su habilidad de comprender el mundo que le rodea, probablemente la relación se encontraría entre el componente subjetivo de la emoción y la bioquímica de las conexiones sinápticas.

- **Componente conductual.**- Es el comportamiento perceptible de los individuos relacionados con estados mentales emocionales. Se considera que las reacciones de conducta a los estados emocionales no constituyen conductas relacionadas directa o lógicamente con el estado del entorno, es decir, las conductas características de diversos estados emocionales son en general conductas emergentes. Las conductas emergentes relacionadas con las emociones pueden tener la función de transmitir o comunicar el estado emocional a otro individuo, ya sea para prevenirlo o intimidarlo, pueden ser reacciones de defensa involuntarias ante un enemigo o agresor real o imaginario (como patear el [automóvil](#) si no arranca por la mañana) o pueden ser un proceso de búsqueda de conductas adecuadas para manejar determinadas situaciones desconocidas.
- **El estado emocional.**- Parece ser determinante ante la disyuntiva atacar o huir de un individuo amenazado, normalmente este estado emocional se genera ante las señales emocionales representadas o transmitidas por el agresor o víctima. Muchas emociones tienen un comportamiento de relajación y posteriormente opuesto al estado emocional, después de un estado de enojo puede sobrevenir un estado de calma o incluso placer, después de un estado de tristeza puede sobrevenir cierto estado de calma o consuelo. En los niveles más elementales de abstracción la conducta emocional es más fácil de comparar entre individuos, especies o agentes ([IA](#)) al elevar el estado de abstracción, la conducta relacionada con los estados emocionales suele ser impredecible.

Como curiosidad es adecuado señalar que algunas experiencias en las aulas demuestran que los estados emocionales de un grupo de alumnos pueden ser sorprendentemente variados conforme avanza el nivel de abstracción de un concepto. Bajo determinadas condiciones dependiendo de la complejidad del concepto algunos alumnos pueden tener reacciones casi eufóricas a determinadas actividades en clase.

Aparentemente los estados emocionales permiten al individuo establecer determinados formas de apreciar el entorno y a preferir determinadas estructuras lógicas o formales para concebirlo respecto de otras, todo esto con el fin de ser capaz de obtener conclusiones rápidas y de cambiar sin necesidad de un proceso racional de un patrón de conducta o razonamiento a otro, quizás más adecuado al tipo de situaciones a las que se enfrenta, ya sea una situación práctica, social, analítica o creativa o de supervivencia.

El aprendizaje y las emociones

Según Piaget existen conductas claramente emocionales relacionadas con los procesos de construcción de una mente individual inteligente. Los procesos de conocimiento del entorno se adquieren en un proceso de evolución individual de la inteligencia que selecciona estructuras internas relacionadas con la formación y características estructurales del cerebro y los elementos del sistema nervioso y las relaciona con las percepciones del entorno, dando como resultado procesos mentales cada vez más complejos que constituyen literalmente una "[Epigénesis](#)" de las estructuras cognitivas, la interacción de estos factores son lo que conocemos como inteligencia. De acuerdo con Piaget ¿La habilidad de reaccionar emocionalmente está relacionada con la inteligencia del individuo? ¿Son los individuos más inteligentes también los más emotivos? ¿Se les puede enseñar a los individuos a tener o adquirir determinados estados emocionales? ¿Los hace esto más capaces de entender el mundo?

Inteligencia emocional

Según Goleman, los centros cerebrales que albergan las emociones albergan también las habilidades necesarias para la supervivencia y la adaptación de acuerdo a la herencia evolutiva. Goleman expresa que la [inteligencia emocional](#) significa el manejo adecuado y efectivo de los sentimientos con el fin de lograr el trabajo pacífico y conjunto de los individuos con una meta común. Goleman clasifica la comprensión de la inteligencia emocional en función de tres dimensiones: autodominio, habilidad social y aprendizaje.

- **Autodominio** (Inteligencia preconscious)
- **Habilidad social** (Inteligencia social)
- **Aprendizaje** (Inteligencia racional): Goleman considera que un nuevo modelo de [aprendizaje](#) es necesario para la comprensión adecuada de la realidad. Este modelo implica que el individuo aprende no solamente habilidades puramente cognitivas sino además habilidades personales y sociales. Estos grupos operan en diferentes estructuras del cerebro del individuo.

Polarizaciones

Para Renny Yagosesky, Escritor y Orientador de la Conducta, no existen emociones negativas, y sólo dos factores las convierte en potencialmente negativas: el tiempo de permanencia y las cogniciones que las acompañen. Desde esta óptica, la rabia puede servir para proteger un territorio que se cree amenazado, la tristeza puede ayudar a una introspección curativa, la culpa nos permite reconstruir nuestra moralidad, y el miedo sirve para protegernos de riesgos perjudiciales. Asegura que ciertas emociones pueden dañarnos cuando dejan de ser una expresión, una reacción, y se fijan como estado o condición, con poca o ninguna variabilidad. Para Yagosesky, los estados internos que promueven mayor bienestar son: la alegría y la serenidad, y sugiere para alcanzar la alegría, incrementar las actitudes de gratitud y Optimismo, y para desarrollar Serenidad aboga por aprender neutralidad o bajo juicio, y relajación frecuente.

Fuentes y notas

1. ↑ Sloman, Aaron. 1981. Why Robots Will Have Emotions. University of Sussex. En prensa.
 2. ↑ Davidoff, Linda. 1980, 2a. Introducción a la Psicología, McGraw-Hill. México.
 3. ↑ obra arriba citada
 4. ↑ E. Erro, J.M. Giménez-Amaya, El núcleo tegmental pedunculopontino. Anatomía, consideraciones funcionales e implicaciones fisiopatológicas (Pedunculopontine tegmental nucleus. anatomy, functional considerations and physiopathological implications), Departamento de anatomía. Facultad de Medicina. Universidad de Navarra
 5. ↑ Andrew Wickens, *Foundations of Biopsychology*, Prentice Hall, Diciembre 2004, segunda edición, [ISBN 0-13-197138-7](#)
- Sloman, Aaron. 1981. Why Robots Will Have Emotions. University of Sussex. En prensa.
 - Davidoff, Linda. 1980, 2a. Introducción a la Psicología, McGraw-Hill. México.
 - Goleman, Daniel. 1999, La Inteligencia Emocional en la Empresa. Vergara. Argentina.
 - E. Erro, J.M. Giménez-Amaya, El núcleo tegmental pedunculopontino. Anatomía, consideraciones funcionales e implicaciones fisiopatológicas (Pedunculopontine tegmental nucleus. anatomy, functional considerations and physiopathological implications), Departamento de anatomía. Facultad de Medicina. Universidad de Navarra, [Recuperado Nov 2005](#)
 - Andrew Wickens, *Foundations of Biopsychology*, Prentice Hall, Diciembre 2004, segunda edición, [ISBN 0-13-197138-7](#).
 - Rosalind W. Picard, [Affective Computing](#), MIT Media Laboratory Perceptual Computing Section Technical Report No 321, Revised November 26, 1995, Submitted for publication