

La educación nos inculca desde el nacimiento un repertorio de emociones ya hechas: no sólo lo que nos es permitido o no sentir, sino cómo se han de sentir las pocas emociones que nos son permitidas. D. H. Lawrence.

# RxO REFLEXIONES ORGANIZACIONALES

Julio 2009

Número 10

[Números anteriores](#)

CONTACTO:  
**RODOLFO LOYOLA VERA**  
[rloyola@filogenia.net](mailto:rloyola@filogenia.net)

TELÉFONO  
(442) 265 8295

CELULAR  
(442) 128 0239

[Diplomado: Formación Gerencial](#)  
[Segunda generación](#)

[Taller de constelaciones](#)

[Antonio Damasio](#), neurofisiólogo de la Universidad del Sur de California, propone la siguiente hipótesis para las emociones:

- Una emoción propiamente dicha es un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo.
- Las respuestas son producidas por el cerebro normal cuando éste detecta un *estímulo emocionalmente competente* (EEC); esto es, el objeto o acontecimiento cuya presencia, real o recordada, desencadena la emoción. *Las respuestas son automáticas.*
- El cerebro está preparado por la evolución para responder a determinados EEC con repertorios específicos de acción. La lista de EEC no se limita a aquellos repertorios que prescribe la evolución. Incluye muchos otros aprendidos en toda una vida de experiencia.
- El resultado inmediato de estas respuestas es un cambio temporal en el estado del cuerpo y en el estado de las estructuras cerebrales que cartografían el cuerpo y sostienen el pensamiento.
- El resultado último de las respuestas, directa o indirectamente, es situar al organismo en circunstancias propicias para la supervivencia y el bienestar.

Por otra parte, un sentimiento es la percepción de un determinado estado del cuerpo junto con la percepción de un determinado modo de pensar y de pensamientos con determinados temas. Esto significa que el sentimiento surge cuando me pregunto ¿Qué me pasa?

Una conclusión clave a la que han llegado los investigadores es que las emociones no son un lujo; son un componente sofisticado del mecanismo de regulación de la vida.

Entonces, si las emociones son tan relevantes para la vida, dirijamos la mirada a la vida organizacional y busquemos responder algunas preguntas.

Una **emoción** es una disposición corporal para la acción; de aquí se desprende que sin emoción no hay acción, no hay vida.

Esto significa que todo ser humano, en cualquier momento de su vida tiene una disposición corporal para la acción, inclusive durante el sueño.

## Preguntas sobre las emociones en la organización.

- ¿Cuál es mi grado de conciencia sobre mi vida emocional?
- ¿Has notado la dificultad de coordinar acciones cuando las persona involucradas están en diferente estado emocional?
- ¿Conoces el nivel de resentimiento que existe en tu organización? (“me la debes...”) ¿Y de resignación? (“no se puede...”).
- De acuerdo a la hipótesis planteada ¿es claro que se puede cambiar una emoción cambiando el estímulo?
- ¿Estarías de acuerdo que la esencia de la relación de liderazgo es emocional?
- ¿Qué tanto puedo percibir la emociones en las personas con las que interactúo más frecuentemente?
- ¿Qué emoción puedo percibir en una persona que juzgo está en su “zona de confort”? ¿Y si estuviera en su “zona de seguridad”, cuál sería la emoción que puedo identificar?
- ¿Puedes observar que el cambio en la organización está asociado normalmente con el miedo? ¿Puedes percibirlo?