

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA TOMA DE DECISIONES¹

Sebastián Uribe²

Natalia Henao³

Resumen

El objetivo del presente artículo es revisar en un principio el concepto de toma de decisiones a partir de los estudios realizados por Antonio Damasio (1994/2010), los cuales nos permiten comprender que este es un proceso que está altamente influenciado por las emociones y los sentimientos. Más adelante, y siguiendo esta línea de argumentación, se realiza una revisión del concepto de inteligencia emocional a partir de Daniel Goleman (1996). La inteligencia emocional nos permite comprender aún más la relación que hay entre las emociones y la forma como decidimos, ya que, como este concepto lo indica: al ser conscientes de las emociones propias y ajenas podremos tener un mejor manejo de las situaciones donde nos vemos enfrentados a tomar decisiones que nos involucran a nosotros mismos y los demás. Finalmente, en las conclusiones, mencionamos algunas críticas posibles al concepto de inteligencia emocional, mostrando rutas que serían interesantes para continuar con su desarrollo.

Palabras clave: Toma de decisiones, emoción, sentimientos, inteligencia emocional.

Abstract

The aim of this article is to review the concept of decision-making, based on studies conducted by Antonio Damasio (1994/2010), which allow us to understand that this is a process that is highly influenced by emotions and feelings. Later, and following this line of argument, a review of the concept of emotional intelligence is from Daniel Goleman (1996). Emotional intelligence allows us to further understand the relationship between emotions and how they are decided, because, as this concept implies: to be aware of their own and others' emotions can have a better handle of situations where we are faced with making decisions that involve ourselves and others. Finally, on the findings, we mentioned some possible criticism of the concept of emotional intelligence, showing routes that would be interesting to continue their development.

¹ Artículo presentado como trabajo de grado para optar al título de psicólogo. Profesor Jonathan Echeverry Alvarez. Asesor Horacio Manrique Tisnés.

² Estudiante del pregrado en Psicología de la Universidad EAFIT.

³ Estudiante del pregrado en Psicología de la Universidad EAFIT.

Key words: decision making, emotion, feelings, emotional intelligence

Introducción

La inteligencia emocional en la toma de decisiones es un tema que tiene gran utilidad en cualquier ámbito, desde lo individual hasta lo organizacional (Goleman, 1995) En primer lugar, el ser humano se encuentra en una toma de decisiones constante desde decisiones muy automáticas y básicas hasta decisiones complejas y trascendentales (Damasio, 1994/2010) En segundo lugar, la inteligencia emocional se ha convertido en uno de los temas más relevantes en psicología en los últimos tiempos, ya que como lo veremos más adelante, se ha descubierto que la habilidad de reconocer nuestras emociones y las de los demás es un aspecto definitivo y diferenciador a la hora de relacionarnos; es por esto que la inteligencia emocional se ha convertido en una de las competencias más valoradas en muchos ámbitos (Goleman, 1995)

A partir de lo anterior surge la siguiente inquietud: si la inteligencia emocional es tan importante en nuestra vida cotidiana y está a la vez está repleta de decisiones que tomamos todo el tiempo ¿qué tanto pueden estar relacionados estos dos temas? ¿Cómo influye la inteligencia emocional en la toma de decisiones? A partir de estas preguntas desarrollaremos nuestro trabajo.

Empezaremos a trabajar en primera instancia el concepto de toma de decisiones, ya que más adelante el desarrollo de este nos guiará hacia los conceptos de emoción y sentimiento los cuales, a su vez, nos conducirán a la parte final sobre inteligencia emocional.

Los textos que utilizaremos en el tema de toma de decisiones serán *El error de Descartes* y *Y el cerebro creo al hombre* de Antonio Damasio, neurólogo que basa su trabajo principalmente en el estudio de las emociones.

En el texto *El error de Descartes*, Damasio cuestiona la idea del filósofo francés René Descartes el cual afirma que la mente está separada del cuerpo y su esencia es un razonamiento separado de las posibles influencias físicas. Damasio se basó en el estudio de diferentes pacientes que exhibían daños en la corteza prefrontal, descubriendo en ellos que la razón estaba directamente relacionada con las estructuras físicas, y las emociones intervenían de manera directa en el modo de razonar.

Uno de los conceptos más trabajados en el libro mencionado anteriormente es la toma de decisiones término explorado por varios autores a través de la historia como Bernoulli (1700-1782), Ward Edwards (1927-2005), Herbert Simon (1916-2001), Daniel Kahneman (1934 -actual) y Amos Tversky (1937-1996) y Gary Klein (1944-actual). Actualmente es muy común escuchar este concepto en el ámbito organizacional ya que por su gran aplicabilidad ha tomado mucha fuerza, sin embargo, es posible encontrar definiciones generales que puedan aplicarse a muchos ámbitos como la de Damasio, que al respecto de la decisión argumenta:

Quizá sea exacto decir que el propósito del razonamiento es decidir, y que la esencia de decidir es seleccionar una opción de respuesta, es decir, elegir una acción no verbal, una palabra, una frase o una combinación de todo lo anterior, entre las muchas posibles en aquel momento, en conexión con una situación determinada (Damasio, 1994/2010, p. 169).

1. Razón, racionalidad y toma de decisiones

En su trabajo académico, Damasio se basa en diferentes términos como razón, racionalidad, y toma de decisiones, entendiendo la “razón como la capacidad de pensar y de hacer inferencias de una manera ordenada y lógica; y racionalidad como la cualidad de pensamiento y comportamiento que procede de adaptar la razón a un contexto personal y social” (Damasio, 1994/2010, p. 246). Damasio considera el razonamiento y la decisión como un “proceso incesante de creación, que todo lo consume” (Damasio, 1994/2010, p.159). Además explica que el mayor propósito del razonamiento es el de decidir.

Los términos razonamiento y decisión, implican además que el decisor posea alguna estrategia lógica para producir inferencias válidas; suelen además estos términos implicar “que quien decide tiene conocimientos: a) sobre la situación que requiere una decisión, b) sobre las diferentes opciones de acción (respuestas), y c) sobre las consecuencias de cada una de estas opciones (resultados), inmediatamente y en épocas futuras” (Damasio, 1994/2010, p.159).

Damasio (1994/2010), a partir de diferentes estudios resalta que no todos los procesos biológicos pertenecen al ámbito de razonamiento y decisión, existen algunos procesos como el hambre en donde el nivel de azúcar en la sangre cae y las neuronas del hipotálamo registran este acontecimiento; este proceso es inconsciente y no implica un conocimiento, ni un despliegue evidente de opciones y consecuencias, simplemente nos damos cuenta que tenemos hambre y debemos comer.

Otro caso es lo que ocurre cuando nos apartamos para esquivar un objeto que cae, aquí se presenta una situación que requiere una acción inmediata, acompañado de diferentes opciones que a su vez tiene consecuencias diferentes. En esta situación no utilizamos ni el conocimiento consiente, ni una estrategia de razonamiento, este conocimiento se hizo consiente solo una vez y fue cuando aprendimos que los objetos que caen nos pueden hacer daño. En este punto la estrategia consiste básicamente en la activación de la conexión entre estímulo y respuesta.

Un último proceso sí implica el despliegue de opciones y consecuencias: se trata de diferentes situaciones como la elección de una carrera, decidir por quién votar o como invertir nuestros ahorros. Estas y muchas más decisiones se basan en el proceso de derivar consecuencias lógicas a partir de premisas asumidas, las que nos conduce a la mejor solución posible.

En esta misma línea Damasio plantea que:

Decidir bien es seleccionar una respuesta que en último término será ventajosa para nuestro organismo en términos de supervivencia y de la calidad de dicha supervivencia, directa o indirectamente. Decidir bien también significa decidir prontamente, en especial cuando el tiempo es indispensable, y, al menos, decidir en un marco temporal que se estima apropiado para el problema inmediato (Damasio, 1994/2010, p. 162).

Damasio (1994/2010) resalta la importancia del razonamiento en la toma de decisiones, develando que quien decide debe tener un saber sobre la situación a la que se enfrenta, las opciones de acción que puede implementar y las consecuencias de dichas acciones.

Además para Damasio (1994/2010) en la teoría clásica de toma de decisiones es muy importante el análisis de costo-beneficio, sin embargo, en la vida real eso no sería posible porque no disponemos de toda la información relevante ni del tiempo suficiente para revisarla y compararla, lo que implica una gran dificultad para determinar los efectos precisos de nuestras elecciones.

De la misma forma Damasio (1994/2010) menciona dos concepciones tradicionales que se manejan con respecto a la toma de decisiones. La primera es la llamada razón elevada, que se basa principalmente en la concepción del sentido común, maneja la lógica formal y para obtener resultados más confiables se deben dejar a un lado las emociones. Damasio cuestiona esta primera concepción pues al dejar a un lado las emociones sería muy difícil tomar una decisión, ya que

Si dicha estrategia [la razón elevada] es la única de que disponemos, la racionalidad, como se ha dicho antes, no funcionará. En el mejor de los casos, nuestra decisión tomará un tiempo excesivamente largo [...] en el peor de los casos, puede que incluso no acabemos tomando una decisión, porque nos habremos perdido en los desvíos de nuestro cálculo. ¿Por qué? Porque no será fácil conservar en la memoria los muchos asientos en él debe y el haber que necesitamos consultar para efectuar nuestras comparaciones (Damasio, 1994/2010, p. 164, entre paréntesis, comentario nuestro)

De acuerdo con Damasio (1994/2010), los datos que se deben comparar en un análisis costo beneficio son innumerables, el tiempo para hacerlo es finito y la atención y memoria funcional son limitadas; es por esto que para tomar una decisión (por más racional que aparente ser) se requiere un marcador emocional, que relieve los datos más importantes en cada caso.

La segunda concepción, justamente, es la hipótesis del marcador somático, el cual se da a partir de aspectos biológicos innatos, pero sobre todo a partir de las experiencias que conforman la historia de vida individual. Los marcadores somáticos se definen como un caso especial de sentimientos generados a partir de emociones secundarias (que diferenciaremos de las emociones primarias posteriormente). En la misma línea estas emociones y sentimientos han sido conectados, mediante

aprendizaje, a resultados futuros predecibles a partir de determinados supuestos (Damasio, 1994/2010).

El marcador somático puede actuar de forma encubierta sin aparecer directamente en la conciencia, es como un dispositivo que funciona como un sistema de calificación automática de predicciones, las cuales son tomadas por los individuos como teorías adecuadas de su propia mente y de la mente de los demás. Estas predicciones entonces se consolidan cuando nos vemos enfrentados a una decisión crítica, funcionando como una señal de alarma automática que nos protege de pérdidas futuras si elegimos una u otra decisión, ya que fuerzan su atención sobre el resultado negativo al que podría conducir una acción determinada (Damasio, 1994/2010).

El conocimiento que se requiere para la toma de decisiones y el razonamiento llega a la mente en forma de imágenes, que explicaremos a continuación.

1.1 Tipos de imágenes

Las imágenes se clasifican como imágenes perceptuales, imágenes memoradas e imágenes del futuro. Las *imágenes perceptuales* son las imágenes de variadas modalidades sensoriales que se viven de manera directa, como por ejemplo la escucha de la música que suena en el ambiente, las líneas que conforman letras y se leen en el momento, entre otras. Para Damasio (1994/2010) las imágenes no son solamente visuales, como tendería a pensarse, sino también auditivas, olfativas, gustativas, cenestésicas, entre otras. Cuando se deja de prestar atención a todo lo vivido de manera inmediata pasamos al segundo tipo de imágenes denominadas *imágenes memoradas* que aparecen cuando evocamos recuerdos del pasado, por ejemplo las vacaciones anteriores o la compra del primer carro (Damasio, 1994/2010).

Por último, están las imágenes de situaciones que aún no han ocurrido y que, en realidad, puede que ocurran o que realmente no sucedan, éstas son catalogadas como *imágenes del futuro*.

Estos tres tipos de imágenes son construcciones del cerebro de cada organismo a las que no tiene acceso nadie más. Lo único seguro es que son reales para uno mismo, y que otros seres humanos forman imágenes similares a las nuestras e incluso a las de algunos animales. Existe una regularidad en aspectos fundamentales del ambiente como texturas, sonidos, formas, colores, espacio, que son imágenes que se forjan a partir de la maquinaria neuronal que a su vez posibilitan diferentes procesos como la percepción y la memoria.

Las imágenes perceptuales, memoradas y del futuro generan constantemente sentimientos, los cuales van creando diferentes estados de ánimo, siendo estos predominantes en la toma de decisiones. Los momentos de duda que se presentan debido a las diferentes circunstancias ponen al descubierto inevitablemente un mecanismo por medio del cual el individuo elige de una forma más o menos consiente, basándose en criterios predominantemente emocionales, por lo que el

autoconocimiento en el plano emocional puede contribuir a un mayor control en la toma de decisiones (Damasio,1994/2010).

Por lo tanto las emociones son requisito necesario para la toma de decisiones. Damasio ante esto plantea:

Tampoco quiere ello decir que cuando los sentimientos tienen una acción positiva tomen la decisión por nosotros; o que no seamos seres racionales. Sólo sugiero que determinados aspectos del proceso de la emoción y del sentimiento son indispensables para la racionalidad. En el mejor de los casos, los sentimientos nos encaminan en la dirección adecuada, nos llevan al lugar apropiado en un espacio de toma de decisiones donde podemos dar un buen uso a los instrumentos de la lógica (Damasio, 1994/2010. pp. 10-11).

1.2 Casos históricos relevantes

Luego de evaluar diferentes pacientes con lesión prefrontal se observó que en todos ellos había una combinación de defectos en la toma de decisiones, las emociones y los sentimientos. Damasio emplea el concepto *emoción* para referirse a “un conjunto de cambios que tiene lugar a la vez en el cerebro y el cuerpo, por lo común producidos por un determinado contenido mental (Damasio, 1994/2010, p. 246). Por su parte, el *sentimiento* “es la percepción de estos cambios” (Damasio, 1994/2010, p. 246).

Una de las primeras evidencias científicas fue el caso de Phineas Gage en 1848, un hombre querido por sus amigos, que tenía éxito en su trabajo y un futuro prometedor. Un día cualquiera sufrió un accidente donde una barra de hierro de seis kilos había penetrado la mejilla derecha, perforando su cráneo y atravesando la zona frontal del cerebro. Unos minutos después de su accidente Gage hablaba y se expresaba sin problema sobre lo sucedido. Sin embargo, luego de dos meses aunque se había recuperado físicamente y hablaba con normalidad, su comportamiento era extraño, se empezó a notar en él irrespeto por las convenciones sociales y la ética, las decisiones que tomaba no eran pertinentes, y los valores adquiridos durante la vida no se veían reflejados en su actuar, si no que por el contrario influían negativamente en la toma de decisiones (Damasio, 1994/2010).

A pesar de que sus funciones psicológicas como el lenguaje, la memoria y la percepción tuvieran un buen funcionamiento, se deterioraron otras funciones de índole emocional, dando a entender a partir de diferentes estudios que el cerebro poseía partes especializadas que generaban a su vez funciones mentales separadas.

Luego de la exhumación del cuerpo de Gage y la recuperación del cráneo pudieron establecer con certeza que la barra de hierro penetró en sentido ascendente por la mejilla izquierda hacia el cráneo, rompiendo la cavidad orbitaria del mismo lado, continuando hacia arriba y penetrando la parte frontal del cerebro, y al ser retirado el hierro, este lesionó la región dorsal o posterior del lóbulo frontal. Posteriormente se desarrollaron diferentes investigaciones al respecto encontrando que la

lesión de un área específica del cerebro, la zona ventromedial de la corteza prefrontal, puede comprometer directamente la capacidad para tomar decisiones, planear y seguir adecuadamente las reglas sociales. Estos defectos se acompañan por una reducción en la reactividad emocional y los sentimientos; a pesar de que aspectos puramente racionales como entender objetivos, el razonamiento, la memoria el lenguaje tengan un buen funcionamiento (Damasio, 1994/2010).

Otro caso que le permite a Damasio (1994/2010) continuar su investigación es el caso Elliot en la década de los 80. Se trata de una persona que a raíz de un tumor cerebral perdió la capacidad de experimentar emociones. Este tumor creció y se expandió con velocidad y fue diagnosticado como un meningioma, que surge de las membranas denominadas meninges que cubren la superficie del cerebro. La operación quirúrgica fue un éxito y las perspectivas de su recuperación eran muy positivas, ya que hasta ese momento no se pensaba que sus funciones emocionales fueran a tener alguna repercusión en su razonamiento, pues en aquella época eran consideradas irracionales y completamente desligadas a la toma de decisiones. Sin embargo, luego de esta lesión, Elliot quedó patológicamente indeciso, perdiéndose en detalles sin importancia y perdiendo por completo la noción de sus prioridades. Además, perdió el interés por su trabajo y era incapaz de darle cumplimiento a un objetivo determinado a raíz de que sus acciones eran innecesariamente detalladas. Esto ha llevado a reconsiderar el papel de las emociones para el razonamiento.

Intelectualmente no existieron cambios significativos, su base de conocimiento estaba intacta, y podía realizar muchas acciones de forma separada tan bien cómo antes. Los neurólogos de la época se quedaron sorprendidos al darse cuenta de que su lógica, su memoria, su atención y las demás habilidades cognitivas se encontraban ilesas y no comprendían por qué Elliot no continuaba con sus actividades laborales de manera eficiente, dedicándose a nuevos pasatiempos y negocios arriesgados y coleccionando diferentes objetos que terminaban siendo improductivos. Su vida personal se fue deteriorando poco a poco, tuvo dos divorcios, su capacidad para tomar decisiones estaba en mal estado, dejó de ser un ser social eficaz, prácticamente era inconsciente de sus sentimientos. Al narrar los acontecimientos que lo involucraban directamente mostraba absoluta inexpresividad respecto a los hechos, sin mostrar tristeza, arrepentimiento, frustración, ira o dolor por lo que le había sucedido (Damasio, 1994/2010).

El caso Elliot fue estudiado a partir de una serie de tareas de laboratorio por el neurólogo Jeffrey Saber con el fin de investigar su comportamiento frente a las convenciones sociales y los valores morales.

La primera de las opciones consistía en el diseño para medir la capacidad de planear soluciones alternativas. Elliot no presentó ningún déficit en la ejecución de soluciones relevantes.

La segunda de ellas, se centraba en presentar al sujeto cuatro situaciones hipotéticas en las que hay una tentación de actuar de manera diferente a lo convencional; en esta parte el protagonista debe

tener conciencia de las consecuencias, aquí Elliot obtiene una puntuación mayor que la del grupo de control (Damasio, 1994/2010).

En la tercera tarea se le ofrecieron diez situaciones diferentes. Para esta prueba se deben tener en cuenta medidas apropiadas y efectivas para poder alcanzar un objetivo y poder satisfacer una necesidad social, hacer una amistad, resolver una dificultad, mantener una relación romántica entre otras, aquí nuevamente Elliot tuvo resultados impecables. (Damasio, 1994/2010).

La cuarta y quinta tarea se referían a la capacidad de predecir consecuencias sociales de acontecimiento y al desarrollo del razonamiento moral, obteniendo como resultados de estas pruebas que “Elliot tenía una habilidad normal para generar opciones de respuesta a situaciones sociales y para considerar espontáneamente las consecuencias de opciones de respuesta determinadas” (Damasio, 1994/2010, p.58). Del mismo modo también se observó que poseía capacidad para alcanzar objetivos sociales y para efectuar razonamientos morales a un nivel avanzado.

Por lo tanto los resultados finales explicaron “que la lesión en el sector ventromediano del lóbulo frontal no destruía los registros de conocimiento social, tal como se recuperaban bajo las condiciones del experimento” (Damasio, 1994/2010, p 59).

Luego de estos estudios se tenía claridad que Elliot tenía mucho en común con Phineas Gage. “Sus carencias de comportamiento social y de toma de decisiones eran compatibles con una base de conocimiento social normal, y con la conservación de funciones neuropsicológicas de orden superior, tales como memoria convencional, lenguaje, atención básica, memoria funcional básica y razonamiento básico” (Damasio, 1994/2010, p.61). Sin embargo, se tenía certeza de que los defectos tanto de Elliot como de Gage estaban acompañados por una reducción en la respuesta emocional y al mismo tiempo el proceso de razonamiento que parecía intacto, no era suficiente para permitirles asignar valores a opciones diferentes en la toma de decisiones (Damasio, 1994/2006).

Respecto a lo anterior, Damasio (1994/2010) resalta que el razonamiento puede perturbar la emoción, entendida como una facultad mental supernumeraria, un acompañamiento a nuestro pensamiento racional donde se puede alcanzar una decisión racional si las emociones están estables pero un comportamiento irracional si hay un manejo incontrolado o mal dirigido de estas.

Se puede entender como en los pacientes con lesiones prefrontales del mismo tipo de Elliot y Gage se pueden encontrar una combinación de defectos en la toma de decisiones, las emociones y los sentimientos, perdiendo su capacidad de elegir el plan de acción más favorable.

El deterioro simultáneo de razón, sentimientos y emoción no surge solamente después de una lesión prefrontal. Damasio resalta diferentes estudios donde pacientes acabados de nacer, o en estado de desarrollo, con algún tipo de lesión en las cortezas frontales afrontan un comportamiento similar a los casos de Elliot y Gage sin mejoría alguna en la edad adulta, destacándose principalmente un comportamiento social anormal: mostraban poca estabilidad en el empleo y en la vida afectiva,

perdían el interés con facilidad, no soportaban la frustración, carecían de originalidad y creatividad, mostraban una carencia de habilidades de comunicación, se desataban rabias innecesarias por situaciones no claras, sus impulsos sexuales se hallaban disminuidos y no desarrollaban habilidad profesional o afición por nada en especial (Damasio, 1994/2010).

Otra evidencia, procede del procedimiento quirúrgico leucotomía prefrontal⁴, realizada por primera vez en la historia en 1936 por el neurólogo Egas Moniz, el cual, un año después hizo la publicación de su libro *La leucotomie préfrontale. Traitement chirurgical de certaines psychoses (1937)* donde explica como por medio de esta cirugía tenía el propósito de tratar la ansiedad, la enfermedad obsesiva-compulsiva y la esquizofrenia. En su libro *Como cheguei a realizar a leucotomia pré-frontal (1948)*, Moniz reveló el procedimiento para realizar la cirugía, la cual consistía en intervenir pequeñas áreas en la materia blanca de ambos lóbulos frontales y poder así tratar estas enfermedades. A raíz de esto, en la primera mitad del siglo XX ganó el premio nobel de medicina al lograr que la ansiedad y agitación de los pacientes fueran suprimidas y funciones como el lenguaje y la memoria permanecieran intactas. No obstante, con el paso del tiempo se dieron cuenta que este procedimiento causaba en los pacientes comportamientos anormales: paso de una ansiedad extrema a una extrema calma, no experimentaban emociones y el impulso para responder y actuar se mantenía atenuado (Damasio, 1994/2010).

Otra de las evidencias relevantes son los pacientes con anosognosia⁵, los cuales se caracterizan por ser incapaces de tomar decisiones apropiadas sobre aspectos personales y sociales. Al igual que los pacientes con lesiones prefrontales muestran un grado de dificultad para el reconocimiento de su estado de salud y además tienen una tolerancia mayor al dolor (Damasio, 1994/2010).

También los estudios en animales han revelado como algunas lesiones similares a la de los seres humanos se encuentran implicadas en los procesos de planificación y decisión. Además, se identificó que existe en estos animales con lesiones un compromiso importante respecto al procesamiento de las emociones. En efecto, se halló que quien padecía esta condición era aislado por sus compañeros, lo cual sugiere dificultades en la relación con otros. Lo contrario ocurre en animales que han sufrido lesiones en la corteza motriz, que reciben el apoyo incondicional de ellos. En resumen Damasio plantea que

⁴ “Moniz [intuyó] que los estados psíquicos mórbidos acompañados por tensión afectiva podían ser aliviados por la destrucción de los lóbulos frontales o sus conexiones con otras partes del cerebro. En base a esta idea gradualmente Moniz se entrenó en un método quirúrgico con el propósito de interrumpir las líneas de comunicación de los lóbulos frontales con el resto del cerebro. Como estas líneas de comunicación corren a través de la sustancia blanca, esta operación fue llamada leucotomía frontal o prefrontal” (Rojas, D. Outes, M, 1999, párr. 12).

⁵ “La anosognosia consiste en un desorden neuropsicológico el cual lleva al paciente a desconocer un déficit que sufre, debido a una lesión cerebral” (Sánchez, 2009, p. 92).

“parece existir una serie de sistemas en el cerebro humano dedicados de forma consistente al proceso de pensamiento orientado a un fin que llamamos razonamiento, y a la selección de respuestas que llamamos toma de decisiones, con un énfasis especial en el dominio personal y social. Esta misma serie de sistemas esta asimismo implicada en la emoción y el sentimiento, y se dedica en parte al procesamiento de las señales procedentes del cuerpo” (Damasio, 1994/2010, p.78).

Por otro lado se puede concluir que los procesos de la emoción y el sentimiento hacen parte de la maquinaria neural para la regulación biológica que a su vez poseen un núcleo que está constituido por controles homeostáticos, impulsos e instintos; en cuanto a las decisiones personales y sociales se puede afirmar que estas están colmadas de incertidumbre, teniendo un impacto sobre la supervivencia, de manera directa o indirectamente.

Adicionalmente, Damasio en su libro *El error de descartes*, propone la regulación biológica como un mecanismo por el cual la emoción y los sentimientos pueden emplearse en la toma de decisiones, ya que hacen parte esencial del funcionamiento neuronal biológico, y este es controlado por impulsos e instintos, que operan directamente en un determinado comportamiento, o mediante el estímulo de estados fisiológicos, que llevan a los individuos a comportarse de una manera determinada. Si nos ubicamos en la práctica, encontramos como todos estos comportamientos que resultan de los impulsos e instintos contribuyen a la supervivencia del ser humano, ya sea directa o indirectamente.

De acuerdo con lo anterior, las emociones y los sentimientos son parte fundamental del proceso de la toma de decisiones. A continuación se profundizará en estos dos conceptos. Para esto continuaremos con Damasio y empezaremos a introducir los planteamientos de Daniel Goleman.

2. Emoción y sentimiento

Desde el punto de vista neural, el proceso emoción-sentimiento tiene su inicio en el cerebro, con la percepción y la valoración de un estímulo que es capaz de causar emoción, para luego desencadenar diferentes reacciones que son capaces de liberarla; este proceso se extiende a diferentes partes del cerebro y del cuerpo, fortaleciendo el estado emocional (Damasio, 1994/2010).

Para explicar con más detalle el proceso neural, Goleman en su libro *Inteligencia emocional* plantea que la amígdala y el hipocampo son estructuras que se encargan de todo el proceso de emociones y sentimientos del ser humano, siendo la amígdala una estructura que se encuentra sobre el tronco cerebral y cerca de la base del anillo límbico, y el hipocampo un área de la corteza cerebral que está ubicada al interior del lóbulo temporal, encargándose además del aprendizaje y el recuerdo (Goleman, 1995).

La amígdala es el principal sistema de alarma para el cerebro, que cuenta con un sistema y un conjunto de proyecciones con receptores dispuestos para diferentes neurotransmisores, lo que

significa que son alarmas que se extienden a cada una de las zonas más importantes del cerebro que posibilitan tener control sobre lo que sucede (Goleman, 1995). Al respecto, Goleman explica:

Cuando empieza realmente a sentir miedo, es decir, cuando la ansiedad que ha sido inconsciente penetra en la conciencia, la amígdala ordena una respuesta de amplio espectro. Señala a las células del tronco cerebral que pongan una expresión atemorizada en su rostro, lo vuelvan a usted nervioso y fácil de asustar; congela los movimientos que sus músculos estaban realizando, acelera su ritmo cardíaco y eleva su presión sanguínea, y hace más lenta la respiración. [...] Esa es sólo una parte de una serie de cambios amplia y cuidadosamente coordinada que la amígdala y las zonas relacionadas orquestan mientras dirigen el cerebro en una crisis (Goleman, 1995, p. 343).

La amígdala actúa como depósito de la memoria emocional, de ella dependen todas las pasiones, explora los sentimientos impulsivos, actuando como almacén de impresiones y recuerdos emocionales, contribuyendo a que se grabe en la memoria los momentos más significativos, como por ejemplo el lugar donde estábamos en una primera cita o qué hacíamos cuando oímos la noticia de las torres gemelas; esto se debe a que el cerebro cuenta con dos sistemas de memoria, uno de ellos para los datos corrientes y el otro sistema para datos con mayor carga emocional (Goleman, 1995).

Las conexiones entre la amígdala y la neocorteza, según Goleman, son las que determinan el pensamiento eficaz, ya que estas conexiones determinan los acuerdos cooperativos o desacuerdos entre el pensamiento y el sentimiento, siendo los acuerdos entre ellos vitales para tener un pensamiento acertado, lo cual se ve directamente reflejado en la toma de decisiones (Goleman, 1995).

Las emociones son entonces, según Goleman, programas complejos de acciones automáticas que están acompañadas de ideas y modos de pensamiento que se llevan a cabo en nuestro cuerpo, incluyendo las expresiones faciales, las posturas y el medio interno de cada uno de nosotros. Estas se desencadenan de acuerdo a la situación en la que una persona se encuentre; pueden ser imágenes reconstruidas a partir del recuerdo, sucesos creados de la propia imaginación o de situaciones que están realmente sucediendo en el momento (Goleman, 1995).

Damasio (1994/2010) clasifica las emociones en emociones primarias o tempranas y emociones secundarias o adultas.

Las emociones primarias se dan a partir de la activación de la amígdala y las respuestas de los núcleos neurotransmisores y el hipotálamo, son generadas por un estímulo externo, son innatas y tienen origen genético. Damasio, expone que no existe una programación para tener miedo a nada determinado como por ejemplo a las águilas o a los osos como tal, sino a las características como

su tamaño, el tipo de movimiento y los sonidos que estos animales emiten, los cuales hacen que nuestro cuerpo tenga diferentes reacciones como la dilatación de los vasos, respiración entrecortada, aceleración del ritmo cardíaco entre otras (Damasio, 1994/2010).

Las emociones secundarias son más complejas que las primarias ya que éstas no se generan simplemente a través de un estímulo externo que conlleva a una reacción inmediata en el cuerpo, sino que son desencadenadas por estímulos internos que implican toda una cadena de pensamientos conscientes a través de una situación determinada, por ejemplo el amor o la vergüenza, que son emociones que tienen una alta complejidad de significaciones y reacciones que se desarrollan a través de la experiencia y que suelen estar acompañadas por diferentes emociones primarias. Por ejemplo la vergüenza, es una emoción que suele estar acompañada de emociones primarias como el miedo y la tristeza (Damasio, 1994/2010).

Siguiendo a Goleman (1996), acogemos la definición que Damasio da de la emoción como “la combinación de un *proceso evaluador mental*, simple o complejo, con *respuestas disposicionales a dicho proceso*, la mayoría dirigidas *hacia el cuerpo propiamente dicho*, que producen un estado corporal emocional, pero también *hacia el mismo cerebro* (núcleos neurotransmisores en el tallo cerebral), que producen cambios mentales adicionales” (Damasio, 1994/2010, p. 135).

Damasio explica que existen diferentes variedades de sentimientos, la primera de ellas se basa en las emociones que son consideradas universales y básicas como la felicidad, la tristeza, la ira, el miedo y el asco; estas corresponden básicamente a respuestas del estado corporal. Una segunda variedad son los sentimientos de emociones universales sutiles, éstas radican en las variaciones de las básicas: la euforia y éxtasis son variaciones de la felicidad, melancolía y nostalgia de la tristeza, pánico y timidez, variaciones del miedo. La tercera y última variedad son los sentimientos de fondo, que son los sentimientos de la vida misma, el sentido del ser, los sentimientos que experimentamos de manera frecuente durante todos los procesos de la vida (Damasio, 1994/2010).

Un sentimiento de fondo corresponde al estado corporal predominante *entre* emociones. Cuando sentimos felicidad, ira u otra emoción, el sentimiento de fondo ha sido reemplazado por un sentimiento emocional. El sentimiento de fondo es nuestra imagen del paisaje del cuerpo cuando no se estremece de emoción. (Damasio, 1994/2010, p. 146)

Así pues, la diferencia principal entre emoción y sentimiento, radica en que la emoción es un conjunto de cambios que ocurren en el cerebro y el cuerpo a la vez, los cuales por lo general son producidos por un determinado contenido mental, mientras que los sentimientos son las percepciones de estos cambios (Damasio, 1994/2010).

3. Inteligencia Emocional

A lo largo del artículo la toma de decisiones nos condujo a hablar de la emoción y el sentimiento. Como hemos mostrado, el hombre toma decisiones por naturaleza y este proceso a su vez tiene un componente racional que es imposible concebirlo desligado de las emociones y los sentimientos.

Pero surge la pregunta respecto a qué tanto podemos nosotros manejar estas emociones y sentimientos para la toma de decisiones. En este punto entra a jugar el tema de la inteligencia emocional del que Goleman (1996) es considerado uno de los principales referentes. Para este autor la inteligencia emocional es un concepto que ha revolucionado la forma como concebimos la inteligencia, y es por medio de esta que podemos ser conscientes de nuestras emociones logrando a su vez cierto control de ellas para así tomar mejores decisiones en cualquier contexto.

Goleman en su libro *Inteligencia emocional*, diferencia dos tipos de inteligencia: el IQ o coeficiente intelectual y la inteligencia emocional, sugiriendo cómo esta última es una de las competencias clave en la vida en general, tanto en el ámbito laboral como a nivel de relaciones personales. A raíz de este planteamiento se origina la pregunta acerca de qué tan relacionada está la inteligencia emocional con el coeficiente intelectual (IQ). Al respecto, Goleman (1996) explica que la inteligencia emocional es completamente independiente, puede existir una persona que tenga un IQ alto y a la vez su inteligencia emocional sea baja o al contrario un IQ bajo y una inteligencia emocional alta, lo que demuestra que son variables independientes.

Otra de las preguntas que surge es si la inteligencia emocional es una inteligencia que se adquiere de manera innata o se puede adquirir con la práctica e irse fortaleciendo durante la vida. Goleman (1996) asegura que la inteligencia emocional es una competencia que se puede adquirir y se puede mejorar, ya que está compuesta por cinco dimensiones prácticas (autoconsciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidades sociales) a las cuales puede acceder cualquier persona y fortalecerlas en su vida como lo explicaremos más adelante.

Antes de retomar los planteamientos de Goleman, nos iremos a los inicios fundamentales de este concepto:

Gardner escribió un libro titulado *Frames of Mind* en donde expuso su teoría acerca de la inteligencia humana, proponiendo dejar a un lado el concepto de inteligencia y considerar el concepto de inteligencias múltiples con el objetivo de resaltar las múltiples capacidades desconocidas con la que una persona cuenta (Gardner, 1993)

Entre estas capacidades se destacan dos formas de inteligencia personal: la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal. La *inteligencia interpersonal* se “construye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo,

temperamentos, motivaciones e intenciones” (Gardner, 2005, p. 8). Por su parte, la *inteligencia intrapersonal* es definida como:

El conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre estas emociones y finalmente ponerlas un nombre y recurrir a ellas como medio de interpretar y orientar la propia conducta (Gardner, 2005, p. 9).

Salovey y Mayer fueron los primeros en desarrollar el concepto de inteligencia emocional en el año 1990. La definieron como una forma de inteligencia social que conlleva a la habilidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, pudiendo discriminar entre ellas y hacer uso de esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones (Salovey y Mayer, 2008). Estos autores retoman las inteligencias personales de Gardner, expandiéndolas en cinco dominios principales: conocer las propias emociones, manejar las emociones, el motivarse a uno mismo, reconocer las emociones de los demás y ser capaz de relacionarse con ellos (salovey y mayer)

En la época de los noventa el campo emocional empieza a tener mayor fuerza, señalando Gardner (1983) que las emociones podrían ser junto al cociente intelectual una verdadera medida de la inteligencia humana, deduciendo entonces que la teoría cognitiva no debe actuar de manera independiente dándole mayor fuerza al coeficiente intelectual, sino de una forma conjunta y sin olvidar la base principal que son las emociones.

Goleman posteriormente, dándole continuidad a los planteamientos de Gardner, se dedica a develar la importancia de la inteligencia emocional, para lo cual define cinco dominios centrales que la componen: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades personales.

3.1 Los 5 dominios de la inteligencia emocional

Los tres primeros dominios corresponden a las aptitudes que determinan el manejo de sí mismo, mientras que las dos últimos corresponden a las aptitudes sociales que determinan el manejo de las relaciones.

La primera dimensión es la *autoconciencia*, la cual sugiere tener un entendimiento profundo de nuestras emociones, fortalezas y debilidades, impulsos y necesidades. Una persona con autoconciencia reconoce como sus sentimientos lo afectan a sí mismo y a los demás, también sabe hacia dónde se dirige y por qué, y por ellos es capaz de ser firme a la hora de tomar decisiones. La autoconciencia genera una habilidad para evaluarse a sí mismo de una forma realista, hablar de forma abierta y precisa sobre las emociones propias y el impacto que estas pueden tener en su vida (Goleman, 1998).

La segunda dimensión de la inteligencia emocional es la *autorregulación*, y es según Goleman (1998) la que libera a las personas de sus propios sentimientos. La autorregulación es el control y

manejo de los sentimientos e impulsos, siendo capaz de crear ambientes de confianza y equidad. Una persona con esta competencia fortalecida es capaz de mantenerse serena a pesar de las circunstancias, suspender los juicios y buscar la mejor solución posible sin dejarse dominar por sus emociones.

La tercera dimensión es la *motivación*. Las personas que tienen inteligencia emocional se sienten motivadas por un profundo deseo de lograr algo por el simple hecho de hacerlo, los motivantes externos son secundarios. Estas personas son persistentes y buscan desafíos creativos, les gusta emprender y se sienten orgullosas de ellas mismas al alcanzar las metas. Esta motivación interna combinada con la autoconciencia permite un reconocimiento de los límites, sin embargo, no es esto motivo de frustración, por el contrario permite desplegar la energía hacia metas más realistas (Goleman, 1998).

La *empatía* es la cuarta dimensión, y es la capacidad de captar los sentimientos, intereses y necesidades ajenas y ver las situaciones desde su perspectiva, logrando afinidad con una gran diversidad de personas. Es común que las personas altamente empáticas disfruten de gran popularidad y reconocimiento social (Goleman, 1998).

La quinta y última dimensión de la inteligencia emocional son las *habilidades sociales*. Esta dimensión es explicada como la capacidad de conducir a los demás hacia direcciones deseables, interpretando adecuadamente las situaciones y manejando bien las emociones en una relación. Una persona con habilidades sociales interactúa con facilidad y es capaz de persuadir, liderar, dirigir, negociar y resolver problemas con personas de todo tipo; además, cuenta con una habilidad para encontrar puntos en común con otras personas lo que hace que normalmente tengan un amplio círculo social (Goleman, 1998).

Goleman afirma que para fortalecer cada una de estas dimensiones es necesario entenderlas con más profundidad y para esto divide cada una de estas en competencias emocionales, las cuales se pueden observar en el cuadro que transcribimos textualmente a continuación.

El marco de la competencia emocional

Competencia personal

Estas competencias determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos.

Conciencia de uno mismo

Conciencia de nuestros propios estados internos, recursos e intuiciones [...]

- **Conciencia emocional:** Reconocer las propias emociones y sus efectos
- **Valoración adecuada de uno mismo:** Conocer las propias fortalezas y debilidades
- **Confianza en uno mismo:** Seguridad en la valoración que hacemos sobre nosotros mismos y sobre nuestras capacidades

Autorregulación

Control de nuestros estados, impulsos y recursos internos [...]

- **Autocontrol:** Capacidad de manejar adecuadamente las emociones y los impulsos conflictivos
- **Confiabilidad:** Fidelidad al criterio de sinceridad e integridad
- **Integridad:** Asumir la responsabilidad de nuestra actuación personal
- **Adaptabilidad:** Flexibilidad para afrontar los cambios
- **Innovación:** Sentirse cómodo y abierto ante las nuevas ideas, enfoques e información

Motivación

Las tendencias emocionales que guían o facilitan el logro de nuestros objetivos [...]

- **Motivación de logro:** Esforzarse por mejorar o satisfacer un determinado criterio de excelencia
- **Compromiso:** Secundar los objetivos de un grupo u organización. **Iniciativa:** Prontitud para actuar cuando se presenta la ocasión
- **Optimismo:** Persistencia en la consecución de los objetivos a pesar de los obstáculos y los contratiempos

Competencia social

Estas competencias determinan el modo en que nos relacionamos con los demás

Empatía

Conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas [...]

- **Comprensión de los demás:** Tener la capacidad de captar los sentimientos y los puntos de vista de otras personas e interesarnos activamente por las cosas que les preocupan
- **Orientación hacia el servicio:** Anticiparse, reconocer y satisfacer las necesidades de los clientes
- **Aprovechamiento de la diversidad:** Aprovechar las oportunidades que nos brindan diferentes tipos de personas
- **Conciencia política:** Capacidad de darse cuenta de las corrientes emocionales y de las relaciones de poder subyacentes en un grupo

Habilidades sociales

Capacidad para inducir respuestas deseables en los demás [...]

- **Influencia:** Utilizar tácticas de persuasión eficaces
- **Comunicación:** Emitir mensajes claros y convincentes
- **Liderazgo:** Inspirar y dirigir a grupos y personas
- **Catalización del cambio:** Iniciar o dirigir los cambios
- **Resolución de conflictos:** Capacidad de negociar y resolver conflictos
- **Colaboración y cooperación:** Ser capaces de trabajar con los demás en la consecución de una meta común
- **Habilidades de equipo:** Ser capaces de crear la sinergia grupal en la consecución de metas colectiva

Cuadro de competencias emocionales, tomado textualmente de Goleman (1998, pp. 37-38).

Estas cinco dimensiones son, según Goleman (1998), son la ‘receta’ para tener inteligencia emocional. Como podemos ver, cada uno de ellos son factores que involucran el manejo de las emociones ya sean propias o de los demás. Siguiendo la línea de argumentación de este artículo donde hemos visto la importancia de las emociones en la toma de decisiones, no es descabellado afirmar que el fortalecimiento de cada uno de estos dominios puede conducir a tomar decisiones más acertadas en nuestra vida cotidiana. Si tenemos cierto control de las emociones propias como lo sugieren la autoconciencia, la autorregulación y la motivación, es lógico afirmar que a la hora de tomar una decisión podremos ser conscientes de nuestro estado emocional y sabremos bajo qué circunstancias podremos elegir. Lo mismo ocurre cuando tenemos control o cierto dominio de las relaciones con los demás, al tener empatía y habilidades sociales se es consciente de las emociones de los demás, lo que definitivamente es un factor importante a la hora de tomar decisiones donde se vean involucradas otras personas y sus posibles reacciones ante distintas circunstancias.

3.2 Críticas a la inteligencia emocional:

Si bien la inteligencia emocional ha sido un término con gran acogida en el mundo académico y laboral, es necesario reconocer que también ha sido objeto de múltiples críticas por parte de varios autores, los cuales argumentan que este concepto es controvertido, debido a la falta de sustentación empírica que se soporta en la investigación científica y sistemática. Esto implica que la inteligencia emocional no pueda sostener las promesas en cuanto al incremento del rendimiento y productividad de las personas, en tanto no tiene datos que lo soporten (Danvila y Sastre, 2010).

Teniendo en cuenta lo anterior, autores como Matthews, Zeidner y Roberts (2004), se refieren a la inteligencia emocional más “como un mito que como una ciencia” (Matthews y otros, 2004, p.110). Otros autores como Davis, Stankov y Roberts (1998), sostienen que la IE proviene de literatura comercial, donde las bases son pocas para su sustentación. Además, dicen, es un término “evasivo” que se superpone con los factores de personalidad bien establecidos y posee falta de apoyo empírico. (Davis y otros, 1998)

Matthews y otros (2004) en su artículo titulado “Seven Myths About Emotional Intelligence” hacen una crítica a Goleman, cuestionando sus afirmaciones que sugieren que de la misma forma (la inteligencia emocional) como el ser humano es capaz de manejar una conducta como la ira, es capaz también de saber conducir otras situaciones diferentes como el miedo, la atracción sexual, aburrimiento, entre otras; según estos autores lo anterior es una forma generalizada de ver las emociones, como si se tratasen de elementos iguales y se pudieran manejar o conducir bajo una misma fórmula. Por su parte Panksepp (1998) cuestiona del mismo modo estos planteamientos y amplía la crítica al explicar que las teorías básicas de la emoción afirman que éstas son soportadas

por diferentes sistemas neuropsicológicos, por lo tanto, la ira, el miedo, o cualquier otra emoción tienen bases distintas, lo que sugeriría que no pueden tratarse como elementos iguales.

Otra de las críticas es que las definiciones de inteligencia emocional no son conceptualmente coherentes, ya que los principales autores se contradicen en el momento de dar una definición. Para Salovey y Mayer (1997) las competencias emocionales son definitivas para el desarrollo del IQ, mientras que para Goleman (1996) la inteligencia emocional es diferente y completamente aislado del IQ. Lo anterior muestra serias contradicciones en el concepto, lo que podría ser un reflejo de la falta de evidencia empírica para definir de manera clara la inteligencia emocional (Matthews y otros, 2004).

Otra crítica, es que aunque se llevan muchos años en el avance de la medición de la inteligencia, al intentar medir la inteligencia emocional se encuentran diferentes barreras al no saber con claridad el manejo adecuado de los conceptos y su aplicación de una forma medible en las personas. Lo anterior hace que tanto la validez del contenido, la confiabilidad, predictibilidad y la validez del constructo sean difíciles de establecer (Matthews y otros, 2004).

Es un error pensar que la inteligencia emocional predice el procesamiento de las emociones de la misma manera como el IQ predice el procesamiento de las cogniciones. El IQ al medir factores tan precisos como la lógica, el razonamiento numérico, razonamiento espacial y algunas semánticas del lenguaje es capaz de arrojar predicciones más confiables, mientras que la falta de claridad y la complejidad con respecto a los factores que mide la inteligencia emocional hace que no sea capaz de predecir con exactitud el procesamiento de las emociones de las personas (Matthews y otros, 2004).

Es importante destacar que las mediciones de la auto-percepción de la inteligencia emocional son inexactos en muchos casos, esto se debe a la gran variedad de respuestas que las personas dan sobre un mismo factor, como por ejemplo cuando se trata de medir la empatía, son tan diferentes las percepciones de las personas que se terminan obteniendo escalas equivocadas, lo que hace que las medidas sean vulnerables y no proyecten resultados confiables (Matthews y otros, 2004).

En la misma línea de las críticas anteriores consideramos, en primer lugar, que la inteligencia emocional, gracias a su popularidad y el interés por parte del entorno laboral, es un concepto que se presta para ser comercializado y manejado de una manera no muy rigurosa; incluso consideramos que el mismo Goleman (1996), el cual es considerado el padre de la inteligencia emocional, le ha dado un manejo bastante comercial al concepto, lo que podría conducir a que se preste poco interés a buscar mayor sustentación empírica.

En segundo lugar, consideramos que la complejidad del comportamiento humano y la dificultad para comprenderlo, hace que la inteligencia emocional sea un concepto que lejos está de ser

entendido completamente y que son necesarias investigaciones con más rigor científico que alcancen a develar cada vez más el panorama al que se enfrentan quienes buscan comprender el control de las emociones y que sirvan para confirmar o desmentir los planteamientos realizados por Goleman (2006).

Conclusiones

Los estudios realizados por Antonio Damasio (1994/2010) permiten comprender que la toma de decisiones es un proceso que está altamente influenciado por las emociones y los sentimientos, ya que por medio únicamente de la racionalidad nos quedaríamos inmersos en un análisis interminable de diferentes posibilidades a la hora de realizar una elección, al no contar con marcadores somáticos (emocionales) que señalen preferencias. Es por esto que las emociones y los sentimientos nos permiten escapar a ese interminable análisis a la hora de tomar decisiones y nos permiten ser razonables (Ramírez, 2012), abriéndonos un abanico de nuevas opciones que nos posibilitan tomar una decisión teniendo en cuenta la razón (lo racional) y las razones del corazón (lo emocional), de las que hablaba Pascal.

Lo anterior nos lleva a pensar que al ser las emociones y los sentimientos tan importantes en la toma de decisiones, un buen manejo de estas podría ser un factor diferenciador a la hora de tomar decisiones más acertadas. Es en este punto donde encontramos el concepto de inteligencia emocional, trabajado principalmente por Daniel Goleman (1996) el cual la define como la capacidad de ser consciente de nuestras emociones y de las de los demás, presentando cinco dimensiones que la componen: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. Encontramos finalmente que el fortalecimiento de estas dimensiones tiene un efecto directo en la forma como elegimos, ya que, al ser conscientes de las emociones propias y ajenas podremos tener un mejor manejo de las situaciones donde nos vemos enfrentados a tomar decisiones que nos involucran a nosotros mismos y los demás.

Para finalizar, es necesario aclarar que el presente artículo se limita a realizar una revisión teórica de los conceptos *inteligencia emocional*, *toma de decisiones* y su relación, y que, si bien plantea una posible articulación entre ellos, son necesarios futuros estudios que hagan una aproximación profunda en la práctica y que permitan indagar asuntos como los siguientes: Aunque Goleman (1996) enfatiza que la inteligencia emocional es susceptible de ser aprendida y reforzada (como si se pudiera seguir una 'receta' para ello), teniendo en cuenta que, como lo dice Damasio (1994/2010) las emociones son producto de aspectos biológicos innatos moldeados por experiencias a lo largo de la vida, nos preguntamos si efectivamente es tan viable cambiar la forma en que las personas se relacionan con sus emociones.

Por otra parte, si bien realizamos un acercamiento general a la inteligencia emocional y su relación con la toma de decisiones, nos preguntamos cómo influye la inteligencia emocional en la toma de

decisiones en campos específicos, concretos y determinantes como las finanzas, la economía, la planificación de política públicas, los efectos de las creencias religiosas, entre otros.

Estos interrogantes marcan direcciones de investigaciones susceptibles de ser llevadas a cabo dentro del marco de la inteligencia emocional y marcan algunos de los límites de nuestro estudio.

Bibliografía

- Damasio, A. R. (2010). *El error de descartes*. Barcelona: Drakontos.
- Damasio, A. R. (2010) *Y el cerebro creó al hombre*. Barcelona: Ediciones Destino
- Danvila Del Valle, I. y Sastre, M.A. (2010). Inteligencia Emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación. *Cuadernos de Estudios Empresariales*, 20, 107-126.
- Davies, M.; Stankov, L. y Roberts, R. D. (1998). Emotional intelligence: In search of an elusive construct. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 75, no 4, p. 989-1015.
- Diccionario de la lengua española (2001). España. [En línea] en: <http://buscon.rae.es/drae/srv/search?val=anosognosia> Consultado el 3 de agosto de 2015.
- Gardner, H. (1993) *Frames of Mind. - The Theory of Multiple Intelligences* (New York: Basic Books, 1983). 10th-anniversary edition, with a new introduction.
- Gardner, H. (2005). *Inteligencias múltiples: la teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (1995). *La Inteligencia emocional*. Argentina: Panamericana formas e impresos S.A.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós. S.A.
- Matthews, G; Roberts, R.D; Zeidner, M. (2004). *Seven Myths About Emotional Intelligence*. *Psychological Inquiry*, 15(3), 179-196.
- Molero, C; Saiz, E. y Esteban, C. (1998). Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30(1), 11-30.
- Salovey, P, Detweiler-Bedell, B.T, Bedell, D, and Mayer, J.D. (2008). Chapter 33: Emotional Intelligence (pp. 533-543). En: Lewis, M; Jeannette, H; y Feldman, L; *Handbook of emotions*. New York. London. The Guilford press.
- Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience: The foundations of human and animal emotions*. New York: Oxford University T.
- Ramírez, C. (2012). *La vida como un juego existencial: Ensayitos*. Medellín: Fondo Editorial Universidad EAFIT.
- Rojas, D. y Outes, M. (1999). Egas Moniz. En el cincuentenario de premio nobel ala laucotomía prefrontal. *Alcmeon, Revista Argentina de Clínica Neuropsiquiátrica*, 8(2), 135 a 140. [En línea] Disponible en <http://www.alcmeon.com.ar/8/30/Rojas1.htm> Consultado 6/10/2015.
- Sánchez, C. (2009). ¿Qué es la anosognosia?: Un reto transdisciplinario. *Rev. chil. neuropsicol.*, 4(2), 91-98.

