

Primera Parte  
SER ¡GUAUme!<sup>®</sup>

Ocho principios, valores y capacidades  
individuales que respaldan la actitud ¡GUAUme!<sup>®</sup>

«Actuar es una característica específica del ser humano.  
En presencia de otros humanos es característico:  
Interactuar y socializar, espontáneamente o de forma organizada».

La actitud ¡GUAUme!<sup>®</sup> se puede considerar como un marco de referencia de la interacción personal, movilizador de una visión, de una causa y de emociones que originan comportamientos capaces de sorprender y de hacer realidad.

Una actitud es una predisposición adquirida, y relativamente duradera, para responder de un modo coherente a una dada categoría de objetos, conceptos o personas. Esa predisposición o tendencia incluye componentes manifestados (motores: ir, levantarse, actuar, volver, parar, continuar), ideológicos (creencias) y afectivos (emociones).

Por otro lado, una emoción es una respuesta afectiva a un objeto que se percibió o imaginó, como, por ejemplo, una persona, un acontecimiento, una obra de arte, etc. Sin embargo, el objeto en sí no tiene el poder de invocar una emoción en el observador. El objeto solo tiene impacto emocional en el observador si este activa dos elementos intelectuales, condiciones necesarias para cualquier emoción.

- La capacidad de *entender o identificar el objeto* (no importa si de modo verdadero o falso), de modo específico o generalizado, explícita o implícitamente). En caso contrario, para esa persona el objeto no representa nada.
- La capacidad de *evaluar el objeto*. Debe concluir si es bueno o malo, deseable o indeseable, favorable o contrario a sus valores. Aquí también el contenido mental puede asumir varias formas; los juicios de valor aplicados pueden ser explícitos o implícitos, racionales o contradictorios, claramente definidos o vagos, conscientemente conocidos por la persona o no identificados, o incluso reprimidos.

Las emociones determinan acciones. Efectivamente, son ellas las que crean los motivos que estimulan nuestros comportamientos. Emoción,

motivación y acción están íntimamente relacionadas. En latín, *movere* significa acción. La palabra motivo, fuente de motivación, proviene de *motivum*, que significa causa en movimiento. Las emociones nos impulsan a salir de estados menos deseados, creando voluntad de actuar para materializar estados soñados.

António Damásio, neurólogo portugués, dio soporte científico a la conexión entre la emoción y la motivación. Para ejemplificar esta relación en la práctica, Damásio relata el caso de un paciente que tuvo que ser operado de un tumor en el cerebro. Después de la operación, se constató que la persona mantenía todas sus capacidades cognitivas en perfectas condiciones (memoria, raciocinio matemático y lenguaje). Sin embargo, también se confirmó que la operación le había causado daños en el lóbulo frontal (responsable de la creación de emociones). A partir de ese momento, la existencia de esa persona fue parecida a la de un robot. A pesar de contar con todas las capacidades cognitivas, su sistema de emociones y de sentimientos dejó de funcionar. Este hecho dio origen a que, al volver a casa, su vida cambiara drásticamente. Antes de la operación tenía una familia feliz y era un abogado de éxito. Después de la operación, a pesar de que su cerebro racional permanecía intacto, su comportamiento se hizo insostenible para todos con los que convivía. Dejó de preocuparse de su matrimonio y de su carrera, mostrando una apatía en relación a todo y a todos. Acabó por fracasar en su matrimonio y perder su trabajo.

De hecho, si no tuviésemos emociones, y, consiguientemente, motivaciones para actuar, no aspiraríamos a nada, y permaneceríamos indiferentes a nuestros pensamientos, a nuestras acciones y a sus ramificaciones. Sin estímulo para actuar seríamos incapaces de mantener nuestra existencia como seres humanos.

Al contrario de lo que durante mucho tiempo se pensaba, las emociones no son un obstáculo al funcionamiento de la razón. Según António Damásio, participan en los procesos de decisión. El investigador llama la atención al hecho de que si fuese únicamente la razón la que participa en los procesos de decisión, nos sería francamente complicado decidir. El análisis riguroso de cada una de las opciones llevaría tanto tiempo que la opción elegida dejaría de ser oportuna, o entonces nos perderíamos en los cálculos de las ventajas y desventajas de cada una de ellas.

«También el hecho de que podamos ser capaces de reflexionar sobre la causa de nuestras emociones y sobre nuestras acciones es algo que nos distingue de los demás seres vivos. Tenemos la capacidad de tener consciencia de nuestra consciencia y de nuestras experiencias».

BEN-SAHAR (2008)

Como ser social, la respuesta afectiva de cada ser humano a los objetos que identifica y evalúa es respaldada por un marco de principios y valores de índole moral y cultural.

Ser ¡GUAUme!® significa por eso poseer un conjunto de principios, valores y capacidades (figura 6) que modelan una determinada visión del mundo, de sí mismo y de los demás, que exploramos a continuación.



Figura 6. SER ¡GUAUme!® – Principios, valores y capacidades que respaldan la actitud ¡GUAUme!®