

El entusiasmo ¿es un estado de ánimo?

Por Jorge A. Oriza Vargas © (54- 2011)

Escribo sobre este tema, a petición de uno de mis lectores, y lo hago además, porque estamos refiriéndonos a un estado del comportamiento humano, observable, que denota energía emocional intensa hacia algún objetivo o situación. Al estar relacionado con estados emocionales, susceptibles de ser regulados por el individuo, entonces también puede verse en mi opinión, desde la perspectiva de la inteligencia emocional.

Pero vayamos por partes. La Real Academia Española, define al entusiasmo¹ en términos de exaltación, fogosidad, furor, en relación con, o en función de, alguna causa, objetivo, o actividad que el individuo realiza y disfruta. Y realmente esta definición coincide con nuestra observación simple de las personas que decimos que se entusiasman; los vemos exaltados o con una alegría desbordada, o *emocionados*, por hacer algo, o por participar en algo, o por buscar algún propósito específico. En principio entonces, el entusiasmo si es una manifestación emocional del individuo. Pero esto nos recuerda también el concepto de motivación, pues también podríamos decir que los individuos motivados se observan igual que los entusiasmados, con una energía emocional encausada ya sea por hacer algo que les agrada o por lograr algo.

Si revisamos el concepto de motivación², observaremos coincidencias claras con este concepto del entusiasmo. La motivación al igual que la emoción, tienen una etimología que implica movimientos *hacia o desde*; nos movemos, nos motivamos, en función del algo o alguien; pero siempre habrá *un motivo* en el centro de nuestra motivación. Y la motivación del individuo como vimos, se genera por diversas causas, y de diversas formas; vimos la motivación intrínseca y la motivación extrínseca, vimos la motivación cognitiva y también explicamos la autonomía funcional de motivos³. Así el entusiasmo, al igual que la motivación, puede derivarse de causas internas, de lo que nos gusta (desde un libro, hasta ver un partido de fútbol, por ejemplo), de lo que nos hace sentirnos competentes (participar en un proyecto o una actividad que realmente disfrutamos), entre otros factores, muchos de ellos, diferentes de persona a persona, ya sea por sus valores, sus intereses o por sus propias circunstancias personales. Además, el entusiasmo al igual que la motivación, puede también relacionarse con factores

¹ Sitio WEB de la Real Academia Española, link:
http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=entusiasmo

² Ver Cápsulas ADEF 8A y 8B

³ Alport Gordon, *La Personalidad*, Editorial Helder (Barcelona) 1968, p.272. Consultar también: Rogelio Díaz Guerrero y Rolando Díaz Loving, *Introducción a la Psicología*, Editorial Trillas, 1991.

externos o extrínsecos al individuo, como sería el caso de los premios o los incentivos, por ejemplo. O, ¿usted no se entusiasmaría por recibir un premio de un millón de pesos?

Por lo que respecta a la inteligencia emocional, mencionamos en la Cápsula 40 que Goleman incluye a la *automotivación* como una de las aptitudes de la persona emocionalmente inteligente. Es decir, esta persona (la que tiene inteligencia emocional), canaliza su motivación y *entusiasmo* a objetivos, propósitos o actividades específicas, que ha analizado o evaluado inteligentemente, con antelación, y que obedecen a causas internas, propias de él; es decir, sabe lo que le motiva y se entusiasma inteligentemente hacia ello. Con esto, pienso que el entusiasmo iría, junto con la automotivación, como un atributo de inteligencia emocional.

Ahora bien, para contestar la pregunta inicial del tema que nos ocupa, ¿es el entusiasmo un estado de ánimo? me remito a repasar lo apuntado en la cápsula 40 sobre el estado de ánimo. Ahí apuntamos que el estado de ánimo⁴ es un *estado psicoafectivo* que tiene varias características; la primera, es que tiene *características difusas, globales*, no específicas; la segunda, es que no se deriva de un objeto que lo justifique o direcciona, como el caso de cualquier emoción y motivación, más específica; y en relación a esto, es un estado afectivo *no intencional*⁵; otra característica es su *intensidad*, que por su estado difuso, es menor que la de las emociones y las motivaciones, y finalmente, otra característica importante, es su *duración*, la cual es mayor que la de las emociones, que como sabemos son más concretas y específicas hacia eventos, sujetos u objetos⁶.

Así, podemos concluir con cierta claridad que no es lo mismo hablar de estado de ánimo que de entusiasmo; es decir, son cosas diferentes. Si bien podemos estar entusiasmados hacia algo, muy concreto, que favorezca por diversas razones de intensidad o duración, al estado de ánimo que guardamos durante ese día, el estado de ánimo del día es más general y difuso pues podrá estar influenciado por otras experiencias. En fin, estas son mis opiniones; dejo a usted las conclusiones sobre el tema, con su propio punto de vista.

jaov

**Cualquier comentario u opinión, se agradece de antemano y se puede recibir en mi mail:
foriza@prodigy.net.mx**

⁴ Ver en Cápsula ADEF 40.; también la referencia de Palmero, Fernández Abascal y otros, *Psicología de la Motivación y la Emoción*, Editorial Mc Graw Hill, Primera edición 2002

⁵ Ibid Cap.40.

⁶ Ver nuestra cápsula ADEF No. 5

NOTA: Este artículo puede ser compartido, con cualquier persona interesada en el tema, siempre y cuando se mencione la referencia de su autor, y no sea para fines de lucro. El autor se reserva todos los derechos sobre sus artículos, conforme a las leyes vigentes.

**Visita mi sitio: www.iema-oriza.com
Busca las secciones de *empresa* y del *matrimonio*; ahí encontrarás algunas ideas útiles para cada uno de estos temas**

**Otros temas en cápsulas siguientes:
*Intereses y valores, La integridad, Los ruidos en la comunicación.***

