

Goleman y el tema de Inteligencia Emocional tienen plena vigencia

Tayché Capote García¹

¹Directora Académica de Posgrado, Universidad Central del Este; San Pedro de Macorís, República Dominicana.

tcapote@uce.edu.do

Recibido: 19 may. 2017

Aceptado: 14 jun. 2017

No es fácil manejar nuestras emociones, pero mucho menos, reconocer y comprender las de los demás. Si nos detenemos un momento a pensar en la trascendencia de las emociones en nuestra vida diaria, nos daremos cuenta que son muchas las ocasiones en las que estas influyen decisivamente en las decisiones que tomamos. Es por esto que, conocer y entender la inteligencia emocional, es esencial para lograr bienestar mental y mejorar la forma en la que nos relacionamos con otras personas.

Daniel Goleman, Licenciado y Doctor en Desarrollo Clínico de la Psicología y la Personalidad en la Universidad de Harvard, hizo famoso el concepto de “inteligencia emocional”, con la publicación de un libro con ese mismo título, en 1995. Su publicación fue el best-seller en el ranking The New York Times durante un año y medio, con más de 5.000.000 de libros vendidos en el mundo. Además, fue un best-seller en Europa, Asia y Latinoamérica, y se tradujo a casi 30 idiomas.

En la actualidad, la inteligencia emocional se aplica en campos diversos por sus probados aportes. Esta tendencia ha llegado al mundo empresarial, como una herramienta muy valiosa para comprender la productividad laboral de las personas, el éxito de las empresas, los requerimientos del liderazgo y hasta la prevención de los desastres corporativos. Muestra de esto es que la *Harvard Business Review* ha llegado a calificar a la inteligencia emocional como *un concepto revolucionario, una noción arrolladora, una de las ideas más influyentes de la década en el mundo empresarial*. Por otra parte, la directora de investigación de una organización reclutadora de talentos (*head-hunter*) reveló que *los CEO son contratados por su capacidad intelectual y su experiencia comercial y despedidos por su falta de inteligencia emocional*.

El Dr. Goleman en su estudio ha intentado esclarecer qué factores determinan las marcadas diferencias que existen, por ejemplo, entre un trabajador “estrella” y cualquier otro ubicado en un punto medio, o entre un psicópata asocial y un líder carismático. Este punto de partida se debe a su sorpresa ante el efecto destructor que pueden tener los arrebatos emocionales, así como a su conciencia de que los test que se aplican de coeficiente intelectual, no brindaban con detalles el desempeño de una persona en sus actividades académicas, profesionales o personales.

La teoría de Daniel Goleman defiende que, por lo general, las diferencias mencionadas anteriormente, radican en conjunto de habilidades que nombró “inteligencia emocional”. Entre estas habilidades resalta el autocontrol, el entusiasmo, la empatía, la perseverancia y la capacidad para motivarse a uno mismo. Considera que, a pesar de que una parte de estas habilidades pueden venir por defecto en nuestra genética, y que otras se pueden moldear durante los primeros años de vida, la evidencia respaldada por abundantes investigaciones demuestra que, las habilidades emocionales son susceptibles de aprenderse y perfeccionarse a lo largo de la vida, si para ello se utilizan los métodos adecuados.

La puerta para la alfabetización emocional siempre está abierta, es nuestra decisión si entramos. Nunca es tarde para encauzar o mejorar nuestro destino emocional. En el mundo actual, tan cambiante y diverso, debemos tener conciencia de nuestras emociones y dotarlas de inteligencia. El libro “Inteligencia emocional” del Dr. Daniel Goleman, nos ayuda a cruzar esa puerta, e ir comprendiendo los métodos adecuados para aprender de nosotros mismos y perfeccionarnos.