

Continue



Autor de la inteligencia emocional

Daniel Goleman es uno de los psicólogos más famosos de los últimos años, debido al best-seller internacional de su libro: Inteligencia Emocional (1995). A pesar de que el concepto de inteligencia emocional aparece en la literatura gracias a los psicólogos americanos Peter Salovey y John Mayer en el año 1990, fue Goleman quien, gracias a la publicación de su obra, hizo famoso dicho concepto. En la actualidad, la inteligencia emocional se aplica en muchos campos (clínica, organizaciones, deporte...) porque aporta beneficios tanto para la salud mental como para el rendimiento (deportivo o laboral). Puedes profundizar en su obra, en este artículo: "¿Qué es la inteligencia emocional?"

Biografía de Daniel Goleman Actualmente, Daniel Goleman imparte conferencias para empresarios, profesores, psicólogos y otros grupos de profesionales, pero durante muchos años fue periodista en The New York Times, pues informaba sobre la ciencia del cerebro y el comportamiento en el prestigiosos rotativo estadounidense. En su libro Inteligencia Emocional, explica que las competencias de autoconocimiento, autodisciplina, persistencia o empatía tienen más importancia para la vida que el CI (Cociente Intelectual), y afirma que ignorar estas competencias es un riesgo para nosotros. Así pues, debemos enseñarles a los niños a desarrollar estas competencias desde edades tempranas, porque son beneficiosas para su futuro. Su obra 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, también fue un best-seller en Europa, Asia y Latinoamérica, y se tradujo a casi 30 idiomas. Daniel Goleman: un reconocido psicólogo Daniel Goleman nació en Stockton, California, donde sus padres eran profesores de universidad. Su padre enseñaba literatura en el San Joaquín Delta College, mientras que su madre impartía clases de sociología en la Universidad del Pacífico. Goleman, que era un gran estudiante, se licenció y doctoró en Desarrollo Clínico de la Psicología y la Personalidad en la Universidad de Harvard, donde suele realizar conferencias y es profesor invitado. Actualmente reside en Berkshires y es co-presidente del Consorcio de Investigación en Inteligencia Emocional en las Organizaciones, que se encuentra en el Graduate School of Applied and Professional Psychology en la Rutgers University. Esta institución recomienda las mejores prácticas para el desarrollo de las habilidades de inteligencia emocional, y promueve la investigación rigurosa para una mayor efectividad de la inteligencia emocional en el lugar de trabajo y las organizaciones. Además, Goleman fue co-fundador de la Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL) en la Yale University Child Studies Center (ahora en la Universidad de Illinois en Chicago), que tiene como objetivo ayudar a las escuelas a introducir cursos de alfabetismo emocional, una parte importante de la comunicación de las emociones. Cientos de escuelas alrededor del globo han comenzado a implementar estos cursos. Sus comienzos como escritor: labrándose una larga vida de éxitos Cuando estudiaba en la Universidad de Harvard, su mentor fue David McClelland, un reconocido psicólogo que desarrolló la famosa teoría del logro. Gracias a él, Goleman comenzó a trabajar en la famosa revista PsychologyToday. A pesar de que quería ser profesor como sus padres, escribir le llamó la atención, y la revista le sirvió de aprendizaje para el resto de su vida y para su exitosa carrera como escritor y teórico. Su primer libro fue "Las Variedades de la Experiencia Meditativa", 1977 (más adelante llamado: "Los Caminos de la Meditación"), en el que describía los distintos sistemas meditativos. Además de éste, Goleman ha escrito las siguientes obras: Triple focus (2016) Focus (2013) El cerebro y la inteligencia emocional (2013) El poder de la inteligencia emocional (2013) El espíritu creativo (2009) Inteligencia ecológica (2009) Inteligencia emocional infantil y juvenil (2009) El punto ciego (2008) Transparencia: Cómo los líderes forjan una cultura de la sinceridad (2008) Inteligencia social. La nueva ciencia de las relaciones humanas (2006) Inteligencia emocional en el trabajo (2005) El líder resonante crea más (2003) Emociones destructivas. Cómo entenderlas y superarlas (2003) La práctica de la inteligencia emocional (1999) La meditación y los estados superiores de consciencia (1997) La salud emocional: conversaciones con el Dalai Lama (1997) Inteligencia Emocional (1995) Evidentemente, su gran obra y por la que es mundialmente reconocido es el libro de Inteligencia Emocional que escribió en 1995. Premios y galardones Daniel Goleman ha recibido distintos premios por sus textos, incluyendo un premio por su carrera como periodista otorgado por la APA (Asociación Americana de Psicología). Fue nominado en dos ocasiones al Premio Pulitzer y ha recibido numerosos galardones en reconocimiento a su labor de investigación y de divulgación. Su aportación a la Inteligencia Emocional Como ya se ha dicho, Goleman hizo famoso el término de inteligencia emocional cuando nadie hablaba de él, y desde entonces, este constructo ha tenido una gran acogida en distintos ámbitos (empresa, clínica, educación...). Si nos paramos a pensar en la trascendencia de nuestras emociones en nuestra vida diaria nos daremos cuenta rápidamente que en éstas influyen decisivamente en nuestra vida, aunque no nos demos cuenta. Por eso, la inteligencia emocional es clave para nuestro bienestar mental y nuestras relaciones con los demás. El psicólogo Adrián Triglia, en un artículo publicado hace meses en Psicología y Mente, afirma que la Inteligencia emocional ayuda a las personas porque: Puedes saber más sobre los beneficios de la Inteligencia Emocional en nuestro artículo: "Los 10 beneficios de la inteligencia emocional" Share — copy and redistribute the material in any medium or format for any purpose, even commercially. Adapt — remix, transform, and build upon the material for any purpose, even commercially. The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms. Attribution — You must give appropriate credit , provide a link to the license, and indicate if changes were made . You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use. ShareAlike — If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original. No additional restrictions — You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits. You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation . No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material. Daniel Goleman Daniel Goleman en 2011Información personalNacimiento 7 de marzo de 1946 (79 años)Stockton (Estados Unidos) Nacionalidad EstadounidenseFamiliaPadre Irving Goleman EducaciónEducación Universidad de AmherstEducado en Universidad Harvard (Psicología clínica)Amherst CollegeUniversidad de California en Berkeley (Antropología) Alumno de David McClelland Información profesionalOcupación Investigador, psicólogo, periodista y escritor Area Inteligencia emocional Empleador Universidad Harvard Sitio web www.danielgoleman.infoDistinciones Premio Washburn[editar datos en Wikidata] Daniel Goleman (Stockton, 17 de marzo de 1946)[1] es un psicólogo, periodista y escritor estadounidense. Adquirió fama mundial a partir de la publicación de su libro Emotional Intelligence (en español Inteligencia emocional) en 1995.[2] Editado por primera vez en 1995, el libro Inteligencia emocional se mantuvo durante un año y medio en la lista de los libros más vendidos del The New York Times. Según la página web oficial de Daniel Goleman, se han vendido, hasta 2006, alrededor de 5.000.000 de ejemplares en 30 idiomas, y ha sido superventas en muchos países. En 1996 se publicó en español su libro Inteligencia emocional.Inteligencia social, la segunda parte del libro Inteligencia pollí. Daniel Goleman nació y se crió en Stockton, California,[3] hijo de los profesores universitarios Fay Goleman e Irving Goleman. Fay Goleman fue profesora de sociología en la Universidad del Pacífico, mientras que Irving fue profesor de humanidades en el San Joaquín Delta College.[4] Goleman sostiene que las competencias emocionales se dividen en dos categorías: intrapersonales e interpersonales. Las primeras se refieren a la relación que establecemos con nosotros mismos y la segunda a las relaciones que tenemos con los demás. Todo empieza por uno mismo. Daniel Goleman estudió antropología en la Universidad de Amherst, Massachusetts, para posteriormente obtener su doctorado en la Universidad de Harvard, también en Massachusetts.[3] Trabajó como redactor de la sección de ciencias de la conducta y del cerebro del periódico The New York Times.[5] Ha sido editor de la revista 'Psychology Today' y profesor de psicología en la Universidad de Harvard, en la que obtuvo su doctorado. Goleman fue cofundador de la Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (Sociedad para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional) en el Centro de Estudios Infantiles de la Universidad de Yale (posteriormente en la Universidad de Illinois, en Chicago), cuya misión es ayudar a las escuelas a introducir cursos de educación emocional. Optimal: How to Sustain Personal and Organizational Excellence Every Day (2024) Harper Collins Publishers. ISBN 9780063279766 Triple Focus (2016) Coautores: Senge, Peter M. B de Books, Ediciones B. ISBN 9788466657952 Focus: The Hidden Driver of Excellence (2013) Harper Collins. ISBN 978-0-06-234443-4 Ecological Intelligence: How Knowing the Hidden Impacts of What We Buy Can Change Everything (2009) Broadway Business. ISBN 0-385-52782-9. ISBN 978-0-385-52782-8 (Trad.: Inteligencia ecológica). Social Intelligence: The New Science of Social Relationships (2006) Bantam Books. ISBN 978-0-553-80352-5 (Trad.: Inteligencia social). Destructive Emotions: A Scientific Dialogue with the Dalai Lama (2003) Bantam Books. ISBN 978-0-553-38105-4 Primal Leadership: The Hidden Driver of Great Performance (2001) Co-authors: Boyatzis, Richard; McKee, Annie. Harvard Business School Press. ISBN 978-1-57851-486-1 The Emotionally Intelligent Workplace (2001) Jossey-Bass. ISBN 978-0-7879-5690-5 Harvard Business Review on What Makes a Leader? (1998) Co-authors: Michael MacCoby, Thomas Davenport, John C. Beck, Dan Clampa, Michael Watkins. Harvard Business School Press. ISBN 978-1-57851-637-7 Working with Emotional Intelligence (1998) Bantam Books. ISBN 978-0-553-37858-0 Healing Emotions: Conversations with the Dalai Lama on Mindfulness, Emotions, and Health (1997) Shambhala. ISBN 978-1-59030-010-7 Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ (1996) Bantam Books. ISBN 978-0-553-38371-3 (Trad.: Inteligencia emocional. ISBN 84-7245-371-5). Vital Lies, Simple Truths: The Psychology of Self Deception (1985) Bloomsbury Publishing. ISBN 978-0-7475-3413-6 The Varieties of the Meditative Experience (1977) Irvington Publishers. ISBN 0-470-99191-7. Later republished as The Meditative Mind: The Varieties of Meditative Experience (1988) Tarcher. ISBN 978-0-87477-633-5. "The Brain and Emotional Intelligence: New Insights" (2011) More Than Sound. ISBN 978-1-93444-115-2 "Leadership: The Power of Emotional Intelligence - Selected Writings" (2011) More Than Sound. ISBN 978-193444-117-6 Rasgos Alterados. La ciencia revela cómo la meditación transforma la mente, el cerebro y el cuerpo, Penguin Random House Grupo Editorial (2018) ISBN 978-607-316-559-4 La Fuerza de la compasión: la enseñanza del Dalai Lama para nuestro mundo, Kairos (2015) ISBN 978-84-998-8456-1 Liderazgo, Zeta Bolsillo (2014) ISBN 978-84-987-2946-7 Focus, Kairos (2014) ISBN 978-84-998-8305-2 Ecoeducación, Juventud (2013) ISBN 978-84-261-4037-1 El líder resonante crea más, Debolsillo (2010) ISBN 978-84-990-8711-5 Howard Gardner Inteligencia emocional Inteligencias múltiples 1 «Daniel Goleman». Associated News (en inglés estadounidense). 12 de diciembre de 2017. Consultado el 29 de diciembre de 2017. ↑ García-Allen, Jonathan. «Daniel Goleman: biografía del autor de la Inteligencia Emocional». psicologiyamente.com. Consultado el 27 de julio de 2016. ↑ a b cBristian Toribio Amaro. «Biografía de Daniel Goleman». Consultado el 8 de diciembre de 2018. ↑ «About Daniel Goleman». Daniel Goleman (en inglés estadounidense). Archivado desde el original el 8 de octubre de 2014. Consultado el 8 de octubre de 2014. Consultado el 8 de octubre de 2014. Consultado el 8 de diciembre de 2018. ↑ Daniel Goleman. «About Daniel Goleman» (en inglés). Archivado desde el original el 8 de octubre de 2014. Consultado el 26 de julio de 2018. Wikimedia Commons alberga una categoría multimedia sobre Daniel Goleman. Sitio oficial Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning Mente Asombrosa - Biografía de Daniel Goleman Datos: Q351701 Multimedia: Daniel Goleman / Q351701 Obtenido de « Durante muchas décadas se ha valorado que la inteligencia de una persona se halla en la puntuación de su coeficiente intelectual CI, se ha resumido la inteligencia con la capacidad numérica, la capacidad de abstracción, de memorización,... se han desestimado a grandes personas en oportunidades laborales por ello y se ha restado valor a las personas que no cumplan con estos estándares. Sin embargo, se ha reconocido que todo este tiempo hemos estado cometiendo un gran error, el ser humano no es una máquina de memorizar o de resolver problemas, el ser humano es complejo y se encuentra influido por un aspecto fundamental que le da vitalidad, las emociones.Ante ello, nació la necesidad entre múltiples autores de definir la teoría de la inteligencia emocional (IE), entre ellos Daniel Goleman. Si quieres conocer en qué consiste la inteligencia emocional y quién fue uno de sus fundadores, sigue leyendo este artículo de Psicología-Online: Daniel Goleman: biografía, teoría de la inteligencia emocional y libros. Índice ¿Quién es Daniel Goleman? Es un psicólogo y escritor estadounidense. A continuación se expone un resumen de la biografía de Daniel Goleman.Daniel Goleman nació en California, el 7 de marzo de 1946, en la ola de babyboomers de la posguerra. Sus padres fueron profesores de universidad, donde su padre ejercía como profesor de humanidades en el San Joaquín Delta Collage y su madre como trabajadora social enseñaba en el Departamento de Sociología, en la Universidad del Pacífico.Un hecho importante de la biografía de Daniel Goleman es que se graduó y se doctoró en Harvard y sus estudios se focalizaron en el desarrollo clínico de la psicología y la personalidad. Estudió en la India con una beca. Allí pasó tiempo con el maestro espiritual Neem Karoli Baba.Aunque siempre fue un gran estudiante, Daniel Goleman adquirió su fama mundial tras la publicación de su libro "Emotional Intelligence" en 1955. A partir del éxito de la teoría sobre la inteligencia emocional, posteriormente redactó la segunda parte del libro, sobre la inteligencia social.Además de dichos logros, otro hecho importante de la biografía de Daniel Goleman es que estuvo trabajando en el periódico "The New York Times", como redactor de la sección de ciencias de la conducta y del cerebro y a su vez, editor de la revista "Psychology Today", además de impartiendo clases y conferencias en la Universidad de Harvard.En la actualidad, el autor trabaja como co-presidente del Consorcio de Investigación en Inteligencia Emocional en las Organizaciones, ubicado en la "Rutgers University, en el Graduate School of Applied and profesional Psychology", cuya universidad promueve su investigación para conseguir una mayor efectividad en las organizaciones en referencia a la inteligencia emocional.Por otro lajo, fue co-fundador en la Univesidade de Yale de la "Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL)", con el objetivo de introducir en las diferentes escuelas cursos de alfabetismo emocional, es decir, el aprendizaje de la comunicación de las emociones. Gracias a sus logros, Daniel Goleman ha obtenido grandes premios, como dos nominaciones a los premio Pulitzer y ha recibido numerosos galardones en reconocimiento de sus hallazgos en investigación y divulgación, así como una carrera de periodismo en la American Psychological Association (APA).A nivel personal, está casado con Tara Bennett-Goleman. Antes del desarrollo de la teoría de la inteligencia emocional (IE), se valoraban las capacidades intelectuales de una persona. Por ejemplo, para ocupar un lugar de trabajo, mediante el coeficiente intelectual, sin embargo se estimó que el CI no resultaba un predictor de tanto éxito como cabía esperar, puesto que un elevado CI no garantizaba el éxito en la vida. Además, la sociedad avanzó dando lugar al mundo contemporáneo, caracterizado por su velocidad en los cambios en los diferentes ámbitos como económicos, tecnológicos, sociales, medioambientales,... cuyos cambios requerían determinadas habilidades y comportamientos que no eran necesarios décadas atrás y que un elevado coeficiente intelectual no representaba la superación de dichas habilidades.Ante ello, en 1990 surgió un gran interés por la inteligencia emocional, debido a que se consideró que era necesario algo más que un elevado CI para poder hacer frente a los diferentes problemas emocionales, tales como el control de las propias emociones y de las expresadas por los demás. Fueron Salovey y Mayer, dos psicólogos norteamericanos, los primeros en empuñar el término de la IE, lo cual dio lugar a que numerosos investigadores dirigieran sus esfuerzos en definir dicho constructo, entre otros: Daniel Goleman.Teoría de la inteligencia emocionalLas primeras aproximaciones sobre la inteligencia emocional, se la definía como la habilidad para manejar las emociones y los sentimientos propios, así como aprender a discriminarlos y utilizar dichos conocimientos para hacer frente a los propios pensamientos y a las acciones. No obstante, tras varias revisiones todos los autores contemplan la IE como el conjunto de habilidades siguientes:Percibir con precisión, valorar y expresar emoción.Acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos.Comprender la emoción y el conocimiento emocional.Regular las emociones para promover el crecimiento emocional e intelectual.Además de la consideración general del constructo de la inteligencia emocional, debemos tener presente que ante este constructo nace el desarrollo de diferentes competencias emocionales, sobre las cuales D. Goleman distingue dos grupos de habilidades.Inteligencia personal: esta clasificación integra las competencias que hacen referencia al modo en que nos relacionamos con nosotros mismos, donde podemos encontrar las habilidades sobre el autocontrol, la automotivación y/o el autoconocimiento.Inteligencia interpersonal: la inteligencia interpersonal integra las competencias en referencia al modo de relacionarnos con los demás. En este grupo podemos hallar las habilidades sociales y la empatía.Componentes de la inteligencia emocionalAutocontrol: la competencia de autocontrol permite ser consciente de la relación existente entre nuestras emociones, pensamientos y comportamientos, la expresión emocional y la capacidad subyacente de controlar las emociones. Por otro lado, nos permite disponer de habilidades de afrontamiento ante ellas y la capacidad para autogestionar las emociones. En resumen, nos permiten tener la capacidad de dominar nuestras emociones y no dejarnos llevar ciegamente por ellas, sabiendo destacar los factores que podemos aprovechar de ellas y ser conscientes de cuales son trascendentes y cuales pasajeras.Automotivación: las personas tendimos a poner la motivación en factores externos, en recompensas o validaciones, por ello es muy importante saber automotivarse ante los retos y objetivos que nos propongamos, lo cual hará que no caigamos en el error habitual de focalizar nuestra atención en los miedos o el posible fracaso.Autoconocimiento: esta competencia hace referencia a la capacidad de ser conscientes de las propias emociones, pudiéndolas definir y clasificarlas, dándoles nombre y observando el grado en que nos influyen. El desarrollo de esta habilidad nos permite comprender como las emociones que sentimos afectan a nuestro estado de ánimo, el cual influye en nuestro comportamiento.Empatía: desarrollar la inteligencia emocional no debe focalizarse únicamente en comprender las propias emociones, pues es fundamental para establecer relaciones interpersonales, comprender las emociones de los demás, lo cual se consigue mediante la empatía. El reconocimiento de las emociones de los demás, ya sean expresadas verbalmente o mediante gestos o reacciones, nos ayudará a crear vínculos afectivos más íntimos y sanos.Habilidades sociales: para mantener un buen desempeño en las relaciones sociales, comprender las emociones que sienten los demás no resulta un recurso suficiente, pues es importante saber comunicarse y tener un buen trato con los demás, lo cual se consigue mediante el desarrollo de las habilidades sociales. Para saber el nivel de desarrollo de estas, se puede realizar un test de habilidades sociales.Importancia de la inteligencia emocionalSi nos paramos a pensar en nuestras vidas, las grandes decisiones o nuestros actos se encuentran en gran medida mediados por nuestras emociones, por ello nuestras emociones tienen una gran trascendencia en nuestras vidas y por ello, es esencial tener un buen dominio sobre nuestras emociones, ya que se considera que la IE es un factor esencial en la prevención y el desarrollo tanto personal como social, desempeñando una competencia básica en nuestra vida. Para conocer el propio desarrollo de la IE se puede realizar el test de inteligencia emocional. Durante toda la trayectoria profesional de Daniel Goleman podemos encontrar grandes libros, siendo algunos de los más representativos los siguientes:Inteligencia Emocional (1995)La práctica de la inteligencia emocional (1998)Emociones destructivas (2002)Inteligencia social: la nueva ciencia de las relaciones humanas (2006)Focus: desarrollar la atención para alcanzar la excelencia (2013)Liderazgo: el poder de la inteligencia emocional (2014)Inteligencia emocional en la empresa (2018)El punto ciego (2019) Por otro lado, Goleman nos ha dejado grandes frases célebres que conducen a reflexionar sobre la importancia de las emociones en nuestras vidas. Algunas de las más relevantes frases de Daniel Goleman son las siguientes:Las emociones negativas intensas absorben toda la atención del individuo, obstaculizando cualquier intento de atender a otra cosa.En un sentido muy real, todos nosotros tenemos dos mentes, una mente que piensa y otra mente que siente, y estas dos formas fundamentales de conocimiento interactúan para construir nuestra vida mental.El autengaño opera tanto a nivel de la mente individual como a nivel colectivo.El logro real no depende tanto del talento como de la capacidad de seguir adelante a pesar de los fracasos.Las emociones afectan a nuestra atención y nuestro rendimiento.El autodomnio exige autoconciencia más autorregulación, componentes clave de la inteligencia emocional.Mirar directamente a los ojos abre la puerta de acceso a la empatía.Si existen dos actitudes morales que nuestro tiempo necesita son el autocontrol y el altruismo. Este artículo es meramente informativo, en Psicología-Online no tenemos facultad para hacer un diagnóstico ni recomendar un tratamiento. Te invitamos a acudir a un psicólogo para que trate tu caso en particular. Si deseas leer más artículos parecidos a Daniel Goleman: biografía, teoría de la inteligencia emocional y libros, te recomendamos que entres en nuestra categoría de Biografías. Bibliografía Berrocal, P. F., & Pacheco, N. E. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. Revista Interuniversitaria de Formación del profesorado, 19(3), 63-93.Goleman, D. (2018). Inteligencia emocional. Editorial Kairos.Howell, T. J. (2014). Daniel Goleman-Emotional Intelligence. Instructor.Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. Imaginación, Conocimiento y Personalidad, 9(3), 185-211.Trujillo Flores, M. M., & Rivas Tovar, L. A. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. Innovar, 15(25), 9-24. Store and/or access information on a device. Use limited data to select advertising. Create profiles for personalised advertising. Use profiles to select personalised advertising. Create profiles to personalise content. Use profiles to select personalised content. Measure advertising performance. Measure content performance. Understand audiences through statistics or combinations of data from different sources. Develop and improve services. Use limited data to select content.