

☞ EQ – Emotionale Intelligenz in der Führung – Vorteile? ☜

«Führung bedeutet nicht Herrschaft, sondern die Kunst, Menschen dazu zu bringen, dass sie für ein gemeinsames Ziel arbeiten.» – Daniel Goleman, 1999

▲ Schlüsselkompetenzen für Führungskräfte

◆ Self-Awareness – Selbsterkenntnis

Damit ist die Fähigkeit, seine eigenen Gefühle und Stimmungen und ihre Wirkung auf die Mitmenschen zu verstehen. Durch eine stetige Weiterentwicklung der eigenen Person mit dem Bewusstsein für die eigenen Stärken und Schwächen erhält die Führungskraft eine Selbstsicherheit, welche ihr ermöglicht, auch in Krisensituationen die Nerven zu behalten.

◆ Selfregulation and Motivation – Selbstregulierung und Motivation

Wer über diese Fähigkeit verfügt, kann Gefühle so beeinflussen, dass sie für alle einen Vorteil bringen. Diese Führungskraft kann situativ richtig auf Emotionen wie Ärger, Wut, Angst, Rachegefühle reagieren. Sie bleibt ruhig, gelassen und reagiert nicht impulsiv. Nach Rückschlägen kann sie das notwendige Durchhaltevermögen aufbringen. Sie verfügt über eine grosse Frustrationstoleranz. Sie kann sich selbst und Mitarbeitende auf einen lösungsorientierten Weg mit Zielerreichung bringen. Sie übernimmt die Verantwortung.

◆ Empathy and Social Skills – Empathie und soziale Kompetenz

Eine empathische Führungskraft kann Beziehungen aufbauen und halten. Das gilt für Beziehungen zu den Mitarbeitenden und zu den Kunden, Lieferanten etc. Sie kann ein Netzwerk aktiv pflegen.

Eine empathische Führungskraft kann Gefühle bei den Mitarbeitenden erkennen und richtig interpretieren. Sie kann Kompetenzen und Grenzen richtig einschätzen und somit die korrekten Massnahmen in der Mitarbeiterentwicklung einleiten.

☞ W I C H T I G – Emotionale Intelligenz in der Partnerschaft? ☜

Emotionale Intelligenz brauchen wir natürlich auch im privaten Umfeld. Der EQ ist das Fundament für eine funktionierende Partnerschaft. Emotional intelligente Menschen verbreiten positive Emotionen, sie verfügen über eine Selbstregulation und haben ihre Gefühle im Griff und finden echte Kompromisse für ein erfolgreiches Zusammenleben.

