

## **5 Überblick einzelner Kompetenzfacetten emotionaler Kompetenz nach Goleman 1998, S. 38 f.**

- Selbstwahrnehmung (innere Zustände, Präferenzen, Ressourcen und Intuitionen erkennen)
  - Emotionales Bewusstsein
  - Zutreffende Selbsteinschätzung
  - Selbstvertrauen
- Selbstregulierung (innere Zustände, Impulse und Ressourcen handhaben)
  - Selbstkontrolle
  - Vertrauenswürdigkeit
  - Gewissenhaftigkeit
  - Anpassungsfähigkeit
  - Innovation
- Motivation (emotionale Tendenzen, die das Erreichen von Zielen leiten)
  - Leistungsdrang
  - Engagement
  - Initiative
  - Optimismus
- Empathie (Wahrnehmung der Gefühle, Bedürfnisse und Sorgen anderer)
  - Andere verstehen
  - Andere entwickeln
  - Serviceorientierung (Kunden Bedürfnisse vorwegnehmen)
  - Vielfalt nutzen (Chancen aus der Verschiedenheit der Menschen)
  - Politisches Bewusstsein
- Soziale Fähigkeiten
  - Einfluss
  - Kommunikation
  - Konfliktbewältigung
  - Führung
  - Katalysator des Wandels
  - Bindung aufbauen
  - Zusammenarbeit
  - Teamfähigkeiten