

# *Module 8 – Das Managen und Führung von anderen*

## Unit 3 – Emotionale Intelligenz in der Führung

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Diese Veröffentlichung spiegelt nur die Ansichten des Autors wider, und die Kommission kann nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen verantwortlich gemacht werden.



**GREEN**  
ENTREPRENEURSHIP  
**TRAINING**

## *Einführung in die emotionale Intelligenz*

- ◆ Das Ziel dieser Einheit ist es, Ihnen die emotionale Intelligenz und die Fähigkeiten und Attribute näher zu bringen, die erforderlich sind, um sich selbst und andere Menschen sowie Situationen effektiv zu managen, denen Sie während des Aufbaus und der Entwicklung Ihres nachhaltigen Unternehmens begegnen werden.



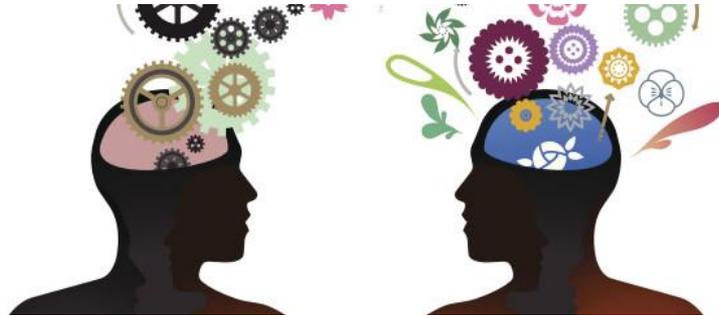
**GREEN**  
ENTREPRENEURSHIP  
**TRAINING**



*Was ist emotionale Intelligenz?*

***“Emotional Intelligence is the capacity for recognising our own feelings and those of others, motivating ourselves and for managing emotions well in ourselves and in your relationships”***

(Goleman, 1995)





- ◆ Es ist wichtig, dass nachhaltige Unternehmer ein hohes Maß an emotionaler Intelligenz entwickeln. Warum?
  - ◆ Die Fähigkeit nonverbale Emotionen zu verstehen und genau auszudrücken ist wichtig, wenn man mit potenziellen Kunden, Klienten und Kreditgebern in Kontakt tritt.
  - ◆ Die Fähigkeit emotionale Ausdrücke anderer zu interpretieren ist zudem wichtig, um Kunden, Klienten und Kreditgeber zu motivieren Ihr Unternehmen zu unterstützen.
  - ◆ Die Fähigkeit emotionale Botschaften potenzieller Kunden genau zu verstehen, kann Unternehmern helfen ihr Verhalten an die Kundenbedürfnisse anzupassen.



- ◆ Unternehmer mit einem hohem EQ haben:
  - ◆ Ein hohes Maß an Selbstbewusstsein, können ihre Gefühle erkennen und Emotionen managen;
  - ◆ Die Fähigkeit mit Ablehnung umzugehen und Belastbarkeit zu zeigen;
  - ◆ Die Fähigkeit besonnen zu bleiben, kontrolliert seine Emotionen und nimmt das Feedback und die Kommentare auf;
  - ◆ Die Möglichkeit alle Rückmeldungen als konstruktiv zu betrachten;
  - ◆ Die Fähigkeit, die Gefühle und Motivationen anderer zu interpretieren;
  - ◆ Die Fähigkeit mit Beziehungen umzugehen



Emotionale Intelligenz - EQ - Maßnahmen:

- ❖ Zwischenmenschliche Intelligenz: die Fähigkeit, die Absichten, Motivationen und Wünsche anderer Menschen zu verstehen und zu interpretieren.
- ❖ Intrapersönliche Intelligenz - die Fähigkeit sich selbst und seine eigenen Wünsche, Motivationen, Ängste und Gefühle zu verstehen.



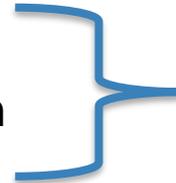


1. Selbsterkenntnis
2. Selbstregulierung
3. Interne Motivation



Intrapersönliche  
Intelligenz

4. Empathie
5. Soziale Kompetenzen



Interpersonale  
Intelligenz





## *Komponenten der intrapersonellen Intelligenz*

### **Selbstwahrnehmung**

- Persönliche Stimmungen
- Emotionale Auslöser
- Selbsteinschätzung (Stärken & Schwächen)
- Bewusstsein für den emotionalen Zustand
- Lachen auf eigene Kosten (Sinn für Humor)

### **Selbstregulierung**

- Emotionen kontrollieren
- Störende Impulse umleiten
- Stimmungen regulieren
- Aussetzung des Urteils

### **Interne Motivation**

- Motivation erlangen und zwar nicht nur durch Geld und Förderung
- Neugierig sein zu lernen
- Flow



## *Komponenten der zwischenmenschlichen Intelligenz*

### **Empathie**

- Verstehen Sie die Emotionen anderer Menschen.
- Behandeln Sie Menschen in Einklang mit ihren emotionalen Reaktionen.
- Interkulturelle Sensibilität

### **Soziale Kompetenzen**

- Beziehungsmanagement
- Aufbau und Pflege von Netzwerken und Kontakten
- Erstellung eines Berichtes mit anderen Personen
- Kompromissfähigkeit
- Überzeugungskraft
- Teamführung
- Effektive Führung bei Veränderungen



**GREEN**  
**ENTREPRENEURSHIP**  
**TRAINING**

## *Übung zur Entwicklung emotionaler Intelligenz*

Folge Sie diesen einfachen Schritten, um Ihre emotionale Intelligenz zu entwickeln:

1. Nehmen Sie sich Zeit, um zu beobachten wie Sie sich fühlen.
2. Beobachten Sie Ihr eigenes Verhalten.
3. Übernehmen Sie die Verantwortung für Ihre Gefühle und Ihr Verhalten.
4. Üben Sie Empathie mit sich selbst und bei anderen.



**GREEN  
ENTREPRENEURSHIP  
TRAINING**



## *Reflexions-Übung*

***Bin ich mir meiner selbst bewusst?***

***Welche Art von Beziehung habe ich zu meinen Emotionen?***

***Verstehe ich meine Beweggründe für die Gründung eines  
Unternehmens?***

***Falls ja, verinnerlichen Sie die drei Fragen! (bitte  
Prüfen)***

***Diskussion: Wie kann mich ein verbesserter EQ bei der  
Entwicklung meines Unternehmens unterstützen?***



**Erasmus+**



## *Unit 3 – Emotionale Intelligenz*

- ◆ Um mehr über emotionale Intelligenz, ihre Verbindung zu hoher Effektivität und ihre Auswirkungen auf Unternehmer zu erfahren, besuchen Sie einige dieser Links:
  - ◆ Emotional Intelligence – Daniel Goleman:  
<http://www.danielgoleman.info/topics/emotional-intelligence/>
  - ◆ Deutsche Filmoption: <https://www.youtube.com/watch?v=OINu-luPwyM>
  - ◆ 7 Habits of Highly Effective People – Stephen Covey:  
<http://dl.motamem.org/Summary-Seven-Habits-of-Highly-Effective-People.pdf>
  - ◆ Deutscher Artikel -Emotionale Intelligenz: 7 Anzeichen, dass Sie einen hohen EQ haben : [https://www.huffingtonpost.de/2015/01/08/emotionale-intelligenz-anzeichen\\_n\\_6437076.html](https://www.huffingtonpost.de/2015/01/08/emotionale-intelligenz-anzeichen_n_6437076.html)

- ◆ Emotional Intelligence: The Secret to Successful Entrepreneurship? = Amy Beron:





## *Unit 3 – Emotionale Intelligenz*

- ◆ Um mehr über emotionale Intelligenz, ihre Verbindung zu hoher Effektivität und ihre Auswirkungen auf Unternehmer zu erfahren, besuchen Sie einige dieser Links:
  - ◆ Emotional Intelligence: The Secret to Successful Entrepreneurship? = Amy Boren:  
[http://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1054&context=aglecfa\\_cpub](http://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1054&context=aglecfa_cpub)
  - ◆ Deutscher Artikel: Warum emotionale Intelligenz so wichtig ist:  
<https://www.michaelpage.de/advice/management-tipps/leadership/warum-emotionale-intelligenz-im-job-so-wichtig-ist>





**GREEN**  
ENTREPRENEURSHIP  
TRAINING



# Für weitere Informationen

Besuchen Sie unsere Homepage  
[Green-entrepreneurship.online](http://Green-entrepreneurship.online)



Erasmus+