

Die fünf Dimensionen emotionaler Intelligenz

Die eigenen Emotionen kennen

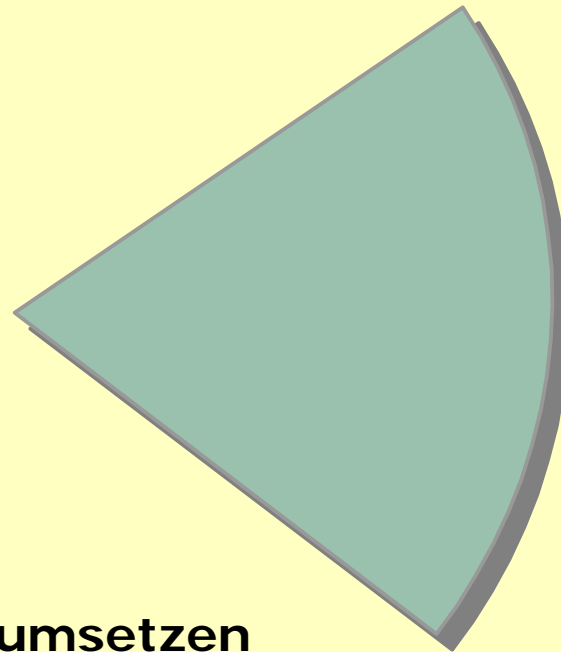
seine inneren Zustände, Ressourcen und Intuitionen wahrnehmen

Umgang mit Beziehungen

gewünschte Reaktionen in anderen hervorrufen

Emotionen in die Tat umsetzen

Emotionen in den Dienst der Zielerreichung stellen



Emotionen handhaben

die eigenen Emotionen regulieren

Empathie

die Gefühle, Bedürfnisse und Sorgen anderer wahrnehmen