

⇒ Erfolg im Beruf mit EQ? Wieso? ⇐

▲ Hoher EQ = beruflicher Erfolg?

Ein hoher EQ (emotionale Intelligenz) allein sichert noch keinen beruflichen Erfolg! Es gibt sehr viele Menschen mit einem hohen EQ, die wollen gar keine Karriere im Beruf machen. Es gibt Untersuchungen, die zeigen, dass bei erfolgs- und aufstiegsorientierten Mitarbeitenden ein hoher EQ signifikant zum beruflichen Erfolg beiträgt.

▲ Warum spielt ein hoher EQ für die Karriere überhaupt eine Rolle?

◇ Menschen mit einem feinen emotionalen Sensorium sind oft Meister in der Kunst, zwischen den Zeilen lesen: Worauf kommt es dem Chef wirklich an? Solche Menschen treten auch weniger in ein Fettnäpfchen.

◇ Sobald Menschen zusammentreffen geht es um Beziehungen. Dies gilt auch im beruflichen Umfeld: Vorgesetzter-Mitarbeitende, Arbeitskollegen, Kunden.

Da Menschen selten losgelöst von Emotionen agieren, verdeutlicht warum der EQ für den beruflichen Erfolg wichtig ist.

◇ Als Führungskraft müssen wir immer wieder Entscheidungen treffen. Wer die emotionale Reichweite solcher Entscheidungen voraussehen kann, wird seine Mitarbeitenden besser mitnehmen können.

Emotionale Intelligenz in der Führung beeinflusst fünf Bereiche:

- Entwicklung gemeinsamer Ziele
- Mitarbeitende unterstützen, um den Wert ihrer Arbeit zu verstehen
- Das Engagement, das Selbstvertrauen, das Positive, die Partnerschaft und das Vertrauen anderer zu inspirieren und zu erhalten
- Förderung der Anpassungsfähigkeit
- Aufbau einer zielgerichteten Identität und Unternehmenskultur

▲ Wieso sind emotional intelligente Menschen im Beruf erfolgreicher?

◇ Moderne Arbeitsorganisationen mit flachen Hierarchien und komplexe Fragestellungen verlangen immer mehr Teamarbeiten. Toleranz, Verständnis und der Umgang mit Kritik erleichtern ein erfolgreiches zusammenarbeiten.

Mitarbeitende fühlen sich mehr geschätzt und respektiert. Eine höhere Loyalität gegenüber der Unternehmung führt zu erhöhtem Willen Ziele zu erreichen.

◇ Neue Technologien, Umstrukturierungen, neue Arbeitsumgebungen, Digitalisierung – hoher EQ steigert die Anpassungsfähigkeit. Die Anpassung an sich ändernde Umstände erfolgt schneller.

◇ Enthusiasmus, Engagement, Optimismus, Hoffnung, Selbstvertrauen und Ausdauer stärken die Selbstmotivation und machen Erfolge im Beruf und/oder im Sport erst möglich.

◇ Stress im Beruf und negative Emotionen schaden der Gesundheit. Es besteht ein Zusammenhang von Gefühlen und Gesundheit. EQ ist ein Prädiktor für das allgemeine Wohlbefinden und die psychische Gesundheit.

Stufen der Emotionalen Intelligenz (EQ)

