

Claude Steiner

# Emotionale Kompetenz

In Zusammenarbeit mit Paul Perry

Aus dem Englischen von  
Susanne Hornfeck

^ .

Deutscher Taschenbuch Verlag \* c 7 >

# Inhalt

Einleitung

*Seite 5»*

- 1 -

Was ist emotionale Kompetenz?

*Seite 21*

- 2 -

Wie man emotionale Bewußtheit erlangt

*Seite. 41*

- 3 -

Emotionale Kompetenz erwerben

*Seite yo*

- 4 -

Erste Phase

Das Herz öffnen

*Seite 79*

- 5 "

Zweite Phase

Die Gefühlslandschaft erkunden

*. Seite 106*

**-6-**

Dritte Phase

Verantwortung übernehmen

*Seite 141*

- 7 -

Liebe, Elternschaft und Arbeitswelt

*Seite 186*

Der Gefühlskämpfer

*Seite 219*

- 9 -

Ein Wort zum Schluß

*Seite 237*

Anmerkungen für Philosophen

*Seite 239*

Literatur

*Seite 251*

Dank

*Seite 253*

Hinweise

*Seite 256*