Die Kraft wertschätzender Kommunikation

Viele Menschen verstehen unter dem Begriff "Wertschätzung" das Aussprechen von Lob: "Das hast du gut gemacht!"

Mit ehrlicher Wertschätzung kann jedoch viel mehr erreicht werden, denn es wirkt im Belohnungszentraum unseres Gehirns. Von hier aus werden (**Glücks**)-Hormone ausgeschüttet, die im ganzen Körper spürbar sind. Das macht den Unterschied zum normalen Loben aus, wobei loben natürlich auch seine Bedeutung hat.



Richtige Wertschätzung wirkt Wunder

Loben fällt den meisten Menschen wesentlich leichter als richtiges Wertschätzen!



Hinweis

Richtige Wertschätzung stärkt das Immunsystem, fördert das Selbstvertrauen und Wohlbefinden. Es motiviert, aktiviert und baut Ängste ab.

🚺 "Wertschätzung" bei Wikipedia nachgelesen

Wertschätzung bezeichnet die positive Bewertung eines anderen Menschen. Sie gründet auf einer inneren allgemeinen Haltung anderen gegenüber. Wertschätzung betrifft einen Menschen als Ganzes, sein Wesen. Sie ist eher unabhängig von Taten oder Leistung, auch wenn solche die subjektive Einschätzung über eine Person und damit die Wertschätzung beeinflussen.

Wertschätzung ist verbunden mit Respekt, Wohlwollen und drückt sich aus in Zugewandtheit, Interesse, Aufmerksamkeit und Freundlichkeit. "Er erfreute sich allgemein hoher Wertschätzung" meint umgangssprachlich: Er ist geachtet/respektiert.

Es gibt eine Korrelation zwischen Wertschätzung und Selbstwert: Menschen mit hohem Selbstwert haben öfter eine wertschätzende Haltung anderen gegenüber, werden öfter von anderen wertgeschätzt, wohingegen Personen die zum aktiven Mobbing neigen, häufig ein eher geringes Selbstvertrauen damit kompensieren. Empfangene und gegebene Wertschätzung vergrößern das Selbstwertgefühl sowohl beim Empfänger als auch beim Geber. Wertgeschätzte Personen sind, wenn sie ein offenes Wesen haben und kontaktfreudig sind, oft auch beliebt.

Seite 1/4 Soziales

1	 Was gehört zur richtigen Wertschätzung? Freundlichkeit gehört dazu. Es bedarf immer der schriftliche Form. Muss individuell erfolgen. Muss ehrlich sein. Ist immer mit materieller Belohnung verbunder 	Es können mehrere Antworten richtig sein! Zur Kontrolle können Sie das Lösungsblatt herunterladen.
die Deu	große Personaldienstleister "manpower group" fü Bedarfe in der Arbeitswelt bestmöglich abzudeck Itschland befragt, welche Eigenschaften gute Führu en Sie die Antworten in unsortierter Reihenfolge.	en. 2017 wurden 789 Berufstätige ir
② Bitte ordnen Sie die Aussagen in der Reihenfolge Ihrer Einschätzung. Welche Eigenschaft wurde am häufigsten genannt und ich welcher Reihenfolge die anderen? Was macht eine gute Führungskraft aus? (1-9)		
	Überlassen von Verantwortung.	
	Förderung durch neue fachliche Herausford	derungen.
	Regelmäßige Teamevents	
	Lebt eine Fehlerkultur	Probieren Sie Ihr Glück und
	Zeigt Interesse am Menschen	wählen Sie durch Eintragen der Ziffern von 1 - 9!
	Regelmäßiges und ehrliches Feedback.	Zur Kontrolle können Sie das
	Aussprechen von Wertschätzung	Lösungsblatt herunterladen.
	Agiert als Mentor für Mitarbeiter*innen.	



্র্তি Zur Überprüfung Ihrer Auswahl

Über den nachfolgenden link finden Sie die offiziellen Ergebnisse der Umfrage: https://de.statista.com/infografik/10710/was-eine-gute-fuehrungskraft-ausmacht/

Soziales Seite 2/4

Vermittelt die Visionen des Unternehmens.

Carl Rogers pädagogische Grundhaltung Empathie Wertschätzung Kongruenz

Grundlagenwissen der pädagogischen Zunft /Erzieher *innen.



Video

Link: https://youtu.be/gJO dD4OyOw

Bitte notieren Sie für sich, wann und in welcher Situation
Sie sich das letzte Mal so richtig wertgeschätzt gefühlt
haben!



Podcast zum Thema Wertschätzung

https://www.as-courage.de/podcast-1

③ Sortieren Sie die Buchstaben in der richtigen Reihenfolge, so dass sich das Wort CORONA ergibt. (1-6)

R wie Realität

C wie Chance

A wie Alternative

O wie Orientierung

N wie Nächstenliebe

O wie Ohnmacht

Wertschätzung



Abb xy: Der Wertschätzungs-Kreis

Soziales Seite 4/4