

Über die Wertschätzung

Ich höre gerne den Kultursender Ö1.

Am 8. Jänner 2015 wurde in der Sendung "Radiokolleg", Beginn um 09:05, der Begriff „Wertschätzung“ erörtert.

Ein paar Gedanken dazu möchte ich Euch anbieten:

Wie können wir Wertschätzung kommunizieren? Wir alle haben den inneren Wunsch nach Anerkennung und Wahrnehmung. Ein konstruktives Feedback ist dafür Bedingung.

Wir hören immer wieder, dass wir „empathisch“ sein sollen.

Was bedeutet dieser Begriff? Ich habe bei Wikipedia nachgesehen und folgende Erklärung gefunden:

Auszug aus Wikipedia zum Begriff Empathie:

## Empathie

**Empathie** bezeichnet die Fähigkeit und Bereitschaft, [Gedanken](#), [Emotionen](#), [Motive](#) und [Persönlichkeitsmerkmale](#) einer anderen Person zu erkennen und zu verstehen. Zur Empathie gehört auch die Reaktion auf die Gefühle Anderer wie zum Beispiel [Mitleid](#), [Trauer](#), [Schmerz](#) oder Hilfsimpuls. Grundlage der Empathie ist die Selbstwahrnehmung; je offener man für seine eigenen Emotionen ist, desto besser kann man die Gefühle anderer deuten. Empathie spielt somit nicht nur in Bezug auf andere Menschen eine Rolle, sondern ist auch unter dem Aspekt der Selbstempathie bedeutsam.

Empathie spielt in vielen Wissenschaften eine fundamentale Rolle, von der [Kriminalistik](#) über die [Politikwissenschaft](#), [Psychotherapie](#), [Psychologie](#), [Physiologie](#), [Pädagogik](#), [Philosophie](#), [Sprachwissenschaft](#), [Medizin](#) und [Psychiatrie](#) bis hin zum [Management](#) oder [Marketing](#).

Ende des Zitates aus Wikipedia.

Wo man sich gut aufgehoben wähnt, kann man positive Gefühle für sich und andere aufbauen und pflegen. Das ist dort, wo man gesundes Essen bekommt, wo man Hygiene und Ruhe vorfindet und sich aussprechen kann.

Wenn sich Arbeitgeber zu diesem System bekennen, sehen sie bald das gute Ergebnis, z.B. gibt es weniger Krankenstände, was in einer Zeit der verknüpften wirtschaftlichen Möglichkeiten ein großer Vorteil ist.

Ob am Arbeitsplatz oder als Schüler, Fachschüler oder Lehrling und an jedem Platz, den wir in der Gesellschaft innehaben, benötigen wir innere Ressourcen, damit wir die täglichen Aufgaben gut erfüllen können.

Damit wir überhaupt wissen, welche Aufgaben wir tagtäglich gut erfüllen sollen, ist es erforderlich, diese Aufgaben genau zu definieren.

Umsicht, wie wir miteinander sprechen, ist ein wesentlicher Faktor im guten täglichen Miteinander.

Mitmenschen in ihrer Würde zu respektieren,

ihnen aufmerksam zuzuhören

niemand zu demütigen, sind ein paar Voraussetzungen, damit wir empathische Personen sind.

So wird niemand geboren, wir müssen alle tagtäglich daran arbeiten.

Dem gegenüber steht die Belohnung, die wir erfahren: Zufriedenheit und Weltoffenheit.

Zufriedenheit in der Schule, Fachschule, am Arbeitsplatz stellt sich dann ein, wenn die uns gestellten Aufgaben interessant und herausfordernd sind, wenn wir dazulernen, wenn wir Handlungsspielraum haben und uns weiterentwickeln können.

Dieser Prozess macht uns selbstbewusst, tolerant und führt uns in unserer Wertschätzungsskala für uns selbst und für unsere Mitmenschen nach oben.