



Die Kraft der Wertschätzung

Sich selbst und anderen positiv begegnen

Mangelware Wertschätzung

Anerkennung, Wertschätzung, Dankbarkeit: diese Signale sozialer Akzeptanz erfüllen zentrale Bedürfnisse des Menschen. Wir wollen gesehen werden als die, die wir sind, möchten Anerkennung dafür, was wir getan oder geleistet haben. Doch wenn man sich im Privat- oder Berufsleben umschaute, so zeigt sich schnell ein großes Defizit. Wie also kann es gelingen, mehr positive Aufmerksamkeit zu erhalten? Und umgekehrt auch anderen wertschätzend und dankbar zu begegnen? Denn es geht um Geben und Nehmen. Es ist ein Zeichen von innerer Stärke, Selbstbewusstsein und sozialer Kompetenz, dies in richtiger Weise zu fordern und zu gewahren. Eva Wlodarek bietet eine konkrete Anleitung, wie gute Beziehungen mit sich selbst und anderen entstehen.

Die Kraft der Wertschätzung

Sich selbst und anderen positiv begegnen

Originalausgabe
208 Seiten

ISBN: 978-3-423-26219-4
EUR 14,90 [DE]
EUR 15,40 [AT]
ET 15. Juli 2019

Pressestimmen

„Alleine das Lesen hilft schon - und das Umsetzen macht sogar Spaß!“

Westfalen-Blatt, 9. Januar 2021

„Kompetent und auf unterhaltsame Weise schildert Psychologin Eva Wlodarek, wie gute Beziehungen zu uns und anderen entstehen.“

my life, Reinhard Haller, 2. August 2021

Włodarek leitet den Leser Kapitel für Kapitel an, wie man wertschöpfende Beziehungen erfolgreich aufbaut und zu sich selbst wie zu anderen.

Neue Presse, 16. Januar 2021
