



Eva Wlodarek

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 gewähren. Eva Wlodarek bietet eine konkrete Anleitung, wie gute Beziehungen mit sich selbst und anderen entstehen.

Eva Wlodarek

Die Kraft der Wertschätzung

Originalausgabe Ebook
224 Seiten

ISBN: 978-3-423-43555-0

EUR 8,99 [DE]

ET 18. April 2019, 1. Auflage

Sprache: Deutsch



© Katrin Saalfrank

Autor*in

Eva Wlodarek

Dr. Eva Wlodarek, Psychologin, Referentin und Autorin, war 20 Jahre beratende Psychologin von ›Brigitte‹ und hat Millionen Leserinnen erreicht. Auf ihrem YouTube-Kanal gibt sie praktische Lebenshilfe.-

Weitere Bücher von Eva Wlodarek

- Souverän ich selbst So gewinnen Frauen Sicherheit und Stärke, Paperback 26345, ISBN: 978-3-423-26345-0
- Nimm dir die Freiheit, du selbst zu sein, E-Book 43849, ISBN: 978-3-423-43849-0
- Nimm dir die Freiheit, du selbst zu sein, Paperback 26291, ISBN: 978-3-423-26291-0
- Die Kraft der Wertschätzung, , ISBN: 978-3-423-26219-4
- Die Kraft der Wertschätzung, E-Book 43555, ISBN: 978-3-423-43555-0
- Die Kraft der Wertschätzung, Taschenbuch 34981, ISBN: 978-3-423-34981-9
- Souverän ich selbst So gewinnen Frauen Sicherheit und Stärke, E-Book 44670, ISBN: 978-3-423-44670-9

Pressestimmen

» *Wlodarek leitet den Leser Kapitel für Kapitel an, wie man wertschätzende Beziehungen erfolgreich aufbaut – zu sich selbst wie zu anderen.* «

16. Januar 2021 , *Neue Presse*

» *Kompetent und auf unterhaltsame Weise schildert Psychologin Eva Wlordarek, wie gute Beziehungen zu uns und anderen entstehen.* «

2. August 2021 , *Reinhard Haller , my life*

» *Alleine das Lesen hilft schon - und das Umsetzen macht sogar Spaß!* «

9. Januar 2021 , *Westfalen-Blatt*
