

# Inhalt

|                                                          |               |
|----------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Gut zu wissen: Erkenntnisse rund um Wertschätzung</b> | <b>9</b>      |
| ▪ Dimensionen der Wertschätzung                          | 10            |
| ▪ Zwei Welt- und Menschenbilder                          | 11            |
| ▪ Warum es so wichtig ist, sich sicher zu fühlen         | 17            |
| ▪ Wertschätzung gibt Sicherheit                          | 24            |
| ▪ Was Wertschätzung fördert und gefährdet                | 25            |
| <br><b>Mehr Wertschätzung im Job: Impulse und Ideen</b>  | <br><b>29</b> |
| ▪ Kontext berücksichtigen bei Spannungen und Konflikten  | 30            |
| ▪ Betrachten Sie Menschen als vielseitige Wesen          | 33            |
| ▪ Jeder Mensch hat seine eigene Wahrheit                 | 35            |
| ▪ Werte ausbalancieren                                   | 36            |
| ▪ Die Lösung im Fokus statt des Problems                 | 38            |
| ▪ Wie Kommunikation auf Augenhöhe funktioniert           | 40            |
| ▪ Die Kunst, Potenziale zu sehen statt Defizite          | 43            |

|                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------|----|
| ▪ Klar unterscheiden zwischen Beobachtung und Interpretation               | 45 |
| ▪ Gemeinsam auf die Suche nach dem Wofür gehen                             | 47 |
| ▪ Aus Schwächen Stärken machen                                             | 48 |
| ▪ Wertschätzende Wortwahl                                                  | 50 |
| ▪ Aufmerksamkeit und Komplimente als Quellen für eine Wertschätzungskultur | 54 |
| ▪ Ich-Botschaften vs. Du-Botschaften                                       | 55 |
| ▪ Warum die Beziehungsebene mindestens genauso wichtig ist wie Sacharbeit  | 58 |
| ▪ Denken Sie die Bedürfnisse anderer mit                                   | 61 |
| ▪ Wie Sie sich wertschätzend selbst behaupten                              | 62 |
| ▪ Humor hilft                                                              | 64 |
| ▪ Auch Ihre Gestik, Mimik und Ihre Stimme zeigen Wertschätzung             | 66 |
| ▪ Empathie und Akzeptanz anbieten                                          | 68 |

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| ▪ Strategien von Bedürfnissen unterscheiden                 | 71 |
| ▪ Wertschätzende Kultur fördern                             | 75 |
| ▪ Wertschätzend führen                                      | 76 |
| ▪ Balance halten zwischen Vertrauen und Kontrolle           | 77 |
| ▪ Verbesserungen erreichen mit dem Fokus auf das Positive   | 79 |
| ▪ Grenzen und Begrenzungen würdigen                         | 80 |
| ▪ Weg mit den Vorurteilen                                   | 84 |
| ▪ Erinnern an den Arbeitskontext                            | 85 |
| ▪ Sich selbst erfüllende Prophezeiungen nutzen              | 87 |
| ▪ Warum ein Lob nicht automatisch wertschätzend ist         | 89 |
| ▪ Unterforderung und Überforderung vermeiden                | 90 |
| ▪ Gemeinsam eine Wertschätzungskultur entwickeln            | 92 |
| ▪ Hin zu einer besseren Fehlerkultur                        | 94 |
| ▪ Echter Dialog: wertschätzender als Monolog und Diskussion | 96 |

|                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------|-----|
| ▪ Das Beste aus Dilemmata machen                             | 98  |
| ▪ Feedback von anderen einholen                              | 102 |
| ▪ Bedauern ausdrücken statt entschuldigen                    | 103 |
| ▪ Wertschätzender Umgang mit »schwierigen«<br>Mitarbeitenden | 104 |
| ▪ Neue Formen von Mitarbeitergesprächen                      | 106 |
| ▪ Veränderungsprozesse wertschätzend gestalten               | 108 |
| ▪ Teambuilding mit wertschätzendem Spekulieren               | 110 |
| ▪ Wie Sie eine wertschätzende Meeting-Kultur etablieren      | 112 |
| ▪ Entscheidungen treffen ohne Gewinnende<br>und Verlierende  | 113 |
| ▪ Verbundenheit im virtuellen Raum schaffen                  | 115 |
| ▪ Konflikte als Lösungsversuche würdigen                     | 117 |
| ▪ Stichwortverzeichnis                                       | 121 |
| ▪ Der Autor                                                  | 125 |