

# Themenplan

Wertschätzung als Motivationsfaktor (Wertschätzung – ein menschliches Grundbedürfnis, Motivationsmodelle, neurowissenschaftliche Wirkprinzipien: Bindungstheorie, Spiegelneurone)

Gesundheitsfaktor Wertschätzung:

- Salutogenese
- Stressentstehung: Intrinsische und extrinsische Faktoren
- Überblick: Studien zum Thema "Wertschätzung im Arbeitsleben"
- Stress - Burnout - Depression (als Prozess): Anzeichen und Symptome

Ausdrucksformen der Wertschätzung (Anerkennung, Lob, nonverbale Wertschätzung, äußere Arbeitsbedingungen ...)

Wertschätzende Kommunikation:

- Vier-Ohren-Modell als Basis des Kommunikationsverständnisses
- Gesprächsstörer wahrnehmen
- Aktives Zuhören
- Gesprächsförderer erkennen und anwenden

Wertschätzung in schwierigen Situationen:

- Ursachen des Konfliktvermeidungsverhaltens
- Richtig kritisieren, fordern, bitten, loben
- Konstruktiver Umgang mit Ärger
- Konfliktsituationen wertschätzend meistern

Wertschätzung als Führungskompetenz:

- Wertschätzung als ganzheitliche Haltung kultivieren
- Mitarbeiterorientierung: das Beste fordern, das Beste fördern
- Visionen und Werte entwickeln

Den Kern verstehen - Anerkennung geben: Training emotionaler Kompetenzen

Abschluss: Wertschätzung als Haltung in den Alltag integrieren