

# Wertschätzung

Dr. Oliver Marc Wittwer / 24.09.2022 / [www.provisions.ch](http://www.provisions.ch)



Erst als ich begann, mich selber wahrhaftig wertzuschätzen, gelang es mir auch, anderen Menschen gegenüber echte Wertschätzung zu empfinden und es ihnen entgegenzubringen. Und umgekehrt.

Solange bei einem selbst jedoch noch Selbstwertkompensation und Anerkennung eine wesentliche Rolle spielen, gelingt dies nicht wirklich, sowohl sich selber als auch anderen gegenüber nicht. Es ist dann keine echte Wertschätzung, sondern als Wertschätzung verpacktes Betteln und Manipulieren, welche Mittel zum Zweck sind, Anerkennung von Anderen zu bekommen.

Lässt man echte Wertschätzung zu, sich und anderen gegenüber, dann kann man sich gross fühlen, ohne andere klein machen zu müssen. Und man kann die Grösse andere Menschen anerkennen, ohne sich klein fühlen zu müssen.