



# Herzlich willkommen im EPI WohnWerk

**Jörg Wehr, M.A.**

Leiter Bildung und Entwicklung und stv. Direktor EPI WohnWerk

05. April 2018

# EPI Ethik-Tagung 2018

**Wertschätzung – mein tägliches Brot.**

**Achtsamkeit als Fundament der Kommunikation**

«Wertschätzung und Kommunikation»

Gedankensplitter

- Wertschätzung «von oben» tut echt gut!
- Weiss ich Wertschätzung zu schätzen, egal, ob sie «von oben» kommt oder «von unten»?
- Gebe ich Wertschätzung «nach unten» wie «nach oben» – und auch wenn sie mir persönlich nicht gerade etwas einbringt?

Zur Wertschätzung gehört es,

1. Wertschätzung wert zu schätzen und zu geben
2. Wertschätzung wert zu schätzen und anzunehmen

- Zur Wertschätzung gehört es, einander zu beachten.
- Zur Wertschätzung gehört es, nicht (nur) sich selber in den Mittelpunkt zu rücken.
- Zur Wertschätzung gehört es, solidarisch miteinander zu sein.

- Wertschätzung und Hilfe kommen manchmal ganz unerwartet.
- Wertschätzung und Hilfe kommen manchmal von da, wo wir es uns gar nicht vorstellen konnten.

Das sind oft die grossartigsten Momente.

- Geben, was man selber sucht!
- Teilen, woran man selber Mangel hat!

- Hilfen sind keine Hilfen
  - wenn sie mich übermässig beanspruchen, wenn sie mich überfordern.
  
- Hilfen sind keine Hilfen,
  - wenn sie schaden, statt helfen.
  - wenn ich mich gegen sie verteidigen muss.

Digitalisierung hilft,

- ✓ wenn wir sie beherrschen.
- ✓ wenn sie uns dient.
  
- nicht, wenn sie uns beherrscht.
- nicht wenn wir ihr dienen müssen.



# Vielen Dank!

**Schweizerische Epilepsie-Stiftung**

Bleulerstrasse 60

8008 Zürich

+41 44 387 61 11

[info@swissepi.ch](mailto:info@swissepi.ch)

[www.swissepi.ch](http://www.swissepi.ch)