

## Frauenfrühstück im Oktober 2016

Beate Weingardt: „Wertschätzung ist die seelische Luft zum Atmen“

Wertschätzung und Empathie waren Thema des 13. Frauenfrühstücks im Martin-Luther-Gemeindehaus

Von Christel Voith

Beim Frauenfrühstück im Herbst 2014 hat die Diplompsychologin und evangelische Theologin Dr. Beate Weingardt aus Tübingen im Martin-Luther-Gemeindehaus die psychosomatischen Zusammenhänge zwischen Seele und Körper beleuchtet, jetzt hat Pfarrerin Martina Kleinknecht-Wagner sie erneut eingeladen. Und wieder hat die Referentin, deren „ganz besonders lebendige und pfiffige Art“ die Pfarrerin hervorhob, die Frauen im vollen Saal begeistert. „Mir hat der Titel ‚Nur wer die Menschen bejaht, kann sie weiterbringen – die unschätzbare Bedeutung der Wertschätzung‘ aus dem Herzen gesprochen“, sagte die Pfarrerin. Wenige Referenten können ihre Botschaft so lebendig, so überzeugend herüberbringen, dass man sich in vielen Beispielen wiederfindet, dass man gute Gedankenanstöße mitnimmt und oft genug auch fröhliches Lachen erschallt.

Die Frage „Wie geht man wertschätzend miteinander um?“ mag für die ganze Veranstaltung gelten, die diesmal zum 13. Mal stattfand. Zentrales Anliegen ist, die Frauen als Frauen stark zu machen, eine Wohlfühl-Atmosphäre zu schaffen, die eine Öffnung, eine Verbundenheit schafft. Dafür sorgt in der Gemeinde ein starkes Team, das nicht nur für ein schmackhaftes Frühstück sorgt, sondern auch eine immer wieder neue Tischdekoration zaubert. Die Besucherinnen kommen, wie die kurze Umfrage ergab, größtenteils aus Tettngang selbst, aber auch bis aus Weingarten und Aulendorf.

„Wir sind vom ersten Lebenstag darauf angewiesen, dass man uns wertschätzt – Wertschätzung ist die seelische Luft zum Atmen“, begann die Referentin. Dazu gehöre das Wahrnehmen, das Annehmen und das Ernstnehmen des Gegenübers – auch wenn es im Einzelfall besser sein mag, nicht alles gleich ernst zu nehmen. Wertschätzung zu vermitteln und auch einzufordern sei eine Lebensaufgabe. Dabei gehe es nicht um ein Gefühl, sondern um eine bewusste Haltung, eine freie Entscheidung, den anderen

oder auch das andere – Natur oder bestimmte Gegenstände – für wertvoll zu erachten.

Beate Weingardt sieht einen zunehmend ausgelebten Mangel an Wertschätzung in unserer Gesellschaft: fehlende Rücksichtnahme, Sparen am Dank, an Entschuldigungen, Missachtung von Amtspersonen. Den Grund sieht sie darin, dass immer mehr Menschen unter Druck stehen, ihre Interessen gewaltsam durchsetzen und rücksichtslos werden: „Menschen sind immer mehr Einzelkämpfer.“ Ebenso sieht sie Erziehungsdefizite, eine mangelnde Konsequenz in der Erziehung, die das Ziel haben sollte, den anderen und seine Bedürfnisse wahrzunehmen und zu respektieren. Fehlende Wertschätzung im Geschäftsleben führe zu Demotivation, zu freudlosem „Dienst nach Vorschrift“, während ein Mensch, der sich angenommen und geschätzt fühle, aufblühe. Dabei müsse die Wertschätzung bei sich selbst anfangen: „Bei sich anfangen, aber nicht bei sich stehenbleiben.“ Die Haltung der Wertschätzung, die beispielsweise in der Ehe auch mal Verzicht und Opferbereitschaft fordere und über Durststrecken hinwegtragen müsse, sei umso leichter, wenn der Einzelne sich selbst auch von Gott angenommen fühle.