

## Loben Sie doch mal über drei Ecken

Ein Lob, ein Kompliment hört jeder von uns gerne. Es tut einfach gut, wenn andere Dinge bemerken, die wir getan oder gesagt haben und das dann auch sagen. Wer mich kennt, der weiß, dass ich diese Lob- und Ermutigungskultur gerne viel, viel mehr verbreitet sehen möchte, denn damit setzen wir ein Gegenwicht zur Kritikelei, die ständig nur den Fehler sucht.

Normalerweise sagen wir das, was uns am anderen positiv aufgefallen ist ja direkt und ganz persönlich. Doch es gibt noch eine andere Variante, die ich ihnen heute gerne vorstellen möchte: Das Loben ohne ganz speziellen Anlass. Es geht also nicht darum, dass Sie sich für eine aktuelle Sache bedanken oder etwas, das jemand kürzlich super gemeistert hat, sondern es geht um eine Qualität oder ein grundsätzliches Verhalten, das Sie schätzen – oder eine Fähigkeit, die Sie total bewundern.

Klar ist es immer schön, das auch direkt zu sagen, und das können Sie ja jederzeit trotzdem tun. Doch eine weitere Dimension bringt es, wenn Sie „über Bande“ loben. So geht's:

### Wem schenken Sie Ihr Lob?

Vielleicht ist es jemand, der Ihnen nahesteht und den Sie einfach mal bei anderen über den Klee loben möchten. Oder es ist wer, mit dem Sie gar nicht so viel oder überhaupt nichts bisher zu tun hatten, aber es ist Ihnen etwas Tolles aufgefallen. Vielleicht der grüne Daumen der Nachbarin mit dem wunderbar gepflegten Garten, mit der Sie noch nie gesprochen haben. Oder der immer bestens gelaunte, superhilfreiche Hotline-Mitarbeiter beim Versandhaus.

Manchmal weiß man, dass es jemandem gerade schlecht geht. Oder Ihre Antennen nehmen hängende Schultern wahr, und Sie möchten jemandem gerne etwas Gutes tun.

Achtung: Es geht hier nicht um Taktik! Über drei Ecken zu loben ist einfach ein Geschenk, eine schöne Erweiterung des direkten Lobs. Es eignet sich übrigens auch wunderbar, wenn Sie glauben, dass der andere verlegen sein könnte, wenn Sie ihn direkt ansprechen.

## Erste Ecke: Was ist lobenswert?

Damit andere ein Lob wirklich annehmen können und sich so richtig drüber freuen, ist es wichtig, dass es ganz konkret ist. Es geht also nicht nur darum, dass Sie überlegen, was Sie so lobenswert finden, sondern dass Sie es wirklich genau in Worte fassen.

Eine Servicekraft in Ihrem Stammcafé ist vielleicht immer total herzlich, flott und hat ein irrsinniges Gedächtnis. – Das ist viel mehr wert als „Sie sind so toll!“

Denken Sie daran, dass viele Menschen sehr kritisch mit sich sind. Wir betrachten oft viele schöne Eigenschaften und Fähigkeiten als selbstverständlich. Wie schön ist es, wenn wir von anderen erfahren, dass das gar nicht so selbstverständlich ist!

Also machen Sie sich vorher so richtig intensiv Gedanken: Was hat ihnen gefallen, worüber haben Sie sich gefreut, was finden Sie am anderen so wunderbar, dass Sie es in dieser besonderen Forum rückmelden möchten?

## Zweite Ecke: Wer ist der Empfänger des Lobes?

Sie wissen ja: Wir brauchen eine dritte Person, bei der Sie das Lob anbringen. Also überlegen Sie mal: Wer eignet sich da? Es muss jemand sein, der regelmäßig mit ihrer „Zielperson“ Kontakt hat und aus Ihrer Sicht gesprächig genug ist, denn Sie möchten ja haben, dass Ihre Botschaft auch beim Empfänger ankommt. Denn er ist ja nur ein indirekter Überbringer ihrer Nachricht. Einen gezielten Auftrag bekommt er von Ihnen nämlich nicht.

Das muss übrigens nicht unbedingt ein Familienmitglied oder ein enger Freund sein.

Beim Super-Hotline-Mitarbeiter oder Coffeeshopangestellten ist es am besten der Chef (das Lob dürfen Sie jederzeit auch schriftlich machen).

In einer guten Nachbarschaft ist es einfach jemand zwei Häuser weiter.

Und im Büro ist es eine Kollegin, von der Sie wissen, dass Sie viel mit Ihrer Zielperson zu tun hat und dass sie sich gut verstehen.

## Dritte Ecke: Sie schicken das Lob auf die Reise

Und nun kommt's drauf an. Wenn Sie Ihren „Lob-Weitersager“ ohnehin öfter mal so treffen, flechten Sie es einfach elegant mit ins Gespräch ein. Sie werden übrigens einen schönen Zusatznutzen erleben: Wenn man gut über andere spricht, stößt man damit die Wahrnehmung für Positives an. So kann es sein, dass Sie gleich was Gutes über jemand anderen zu hören bekommen oder sich Ihr Lob gleich noch verstärkt und doppelt bei Ihrer „Zielperson“ ankommt.

**Und nun?** Ab hier heißt es für Sie erstmal loslassen, denn ab jetzt können Sie nur noch warten, ob ihr Plan auch wirklich aufgehen wird. Sie haben alles getan, was zu tun war und wenn es Spaß und Freude gemacht hat, können Sie sich ja gleich ihr nächstes „Opfer“ suchen und von vorne loslegen.

Ich selbst habe schon viele Erfahrungen mit dieser Art ein Kompliment oder ein Lob auszusprechen gemacht. Vielleicht haben Sie auch Lust bekommen, es auszuprobieren. Würde mich freuen!

Mutmachende Grüße

Ihre Ulrike Strubel