



refke & refke



Ehrliche Komplimente sind echte Eisbrecher. Sie können Türen öffnen, die vorher gut verriegelt waren, sie helfen die Atmosphäre zu verbessern, Sympathien zu gewinnen und Zusammenarbeit zu stärken.

Komplimente machen und annehmen können. Das sollten Sie unbedingt beachten.

In unseren Trainings merken wir immer wieder, wie schwer es manchen Teilnehmern fällt, Komplimente anzunehmen. Andererseits ist es mit dem Komplimente machen auch nicht immer ganz so einfach, schnell erweckt ein gut gemeintes Kompliment den Anschein heuchlerischer Anbiederei.

Komplimente machen.

Ehrliche Komplimente sind echte Eisbrecher. Sie können Türen öffnen, die vorher gut verriegelt waren, sie helfen die Atmosphäre zu verbessern, Sympathien zu gewinnen und Zusammenarbeit zu stärken. Komplimente helfen jeder Art von Beziehungen. Aber Vorsicht: Sie müssen von Herzen kommen, sonst kann das noch so gut gemeinte Kompliment schnell nach hinten losgehen.

Kompliment vs. Anbiedern

Übertriebenes „Honig um den Bart schmieren“ wird meist als negativ empfunden und provoziert Misstrauen. Komplimente werden deutlich übertrieben oder zu oft wiederholt. Ein echtes Kompliment bleibt bei der Wahrheit und hebt Positives auf eine charmante Art und Weise hervor.

Grundsätzlich gibt es vier Arten von Komplimenten:

1. Kompliment zur Persönlichkeit

Ein Kompliment, das sich hervorragend in das Arbeitsumfeld einfügt: Konkret, sachlich, begründet.

Beispiele:

- Mich beeindruckt deine Entschlossenheit in der Durchsetzung der Projektziele.
- Ich schätze deine Geduld im täglichen Umgang mit unseren Kunden sehr.
- Du bist immer sehr freundlich zu allen, das finde ich echt beeindruckend.

2. Kompliment zu materiellen Gütern

Ein Kompliment das schnell als Neid interpretiert werden kann. Hiermit besser sehr sparsam und bedacht umgehen.

Beispiele:

- Dein neues Auto ist Hammer. Das war bestimmt nicht billig, oder?
- Euer Haus ist wirklich beeindruckend, purer Luxus, dafür musstet Ihr bestimmt richtig tief in die Tasche greifen?!

3. Kompliment zu Gefühlen

Bestens geeignet für das private Umfeld sind Komplimente zu Gefühlen.

Beispiele:

- Mit dir an meiner Seite fühle ich mich sicher.
- Ich fühle mich gut mit Dir!

4. Kompliment über Äußerlichkeiten

Besser geeignet für das private Umfeld als im Job, da schnell ein ungutes Gefühl oder ein verhänglicher Eindruck unter Kollegen entsteht.

Beispiele:

- Deine neue Frisur finde ich super, Du wirkst echt frisch.
- Der Anzug steht Dir fabelhaft, der passt perfekt zu Dir!

Mit Komplimenten sollten Sie immer vorsichtig umgehen, aber bitte nicht daran sparen. Echte Komplimente helfen Atmosphäre aufzulockern und das Eis zwischen Gesprächspartnern zum Schmelzen zu bringen.

Komplimente annehmen.

In unseren Trainings merken wir immer wieder, wie schwer es manchen Teilnehmern fällt, Komplimente anzunehmen. Aber warum ist das so? Ein Kompliment abzulehnen scheint für viele einfacher zu sein, als es anzunehmen. Die Motive der Ablehnung sind unterschiedlich:

„Ach, das ist doch nichts Besonderes.“

Selbstwertgefühl

Ein geringes Selbstwertgefühl lässt manche in dem Glauben, sie hätten kein Lob verdient. Nehme ich ein Kompliment an, bedeutet das im Umkehrschluss ja nichts anderes, als dem Kompliment zuzustimmen.

Bescheidenheit

Ein Kompliment anzunehmen, ist für manche Menschen stark mit Egoismus verbunden, sie möchten lieber bescheiden wahrgenommen werden und möglichst nicht im Rampenlicht stehen oder bewundert werden.

Vertrauen

Fehlendes Vertrauen in das artikulierte Kompliment löst so manches Lob in heiße Luft auf oder wandelt es sogar in das Gegenteil um.

Angst

Andere Menschen haben Angst vor einer Gegenleistung. Sie gehen daher lieber auf Nummer sicher und wiegeln das Kompliment direkt ab.

So schwer es Ihnen auch fallen mag, wenn Ihnen jemand ein Kompliment macht, nehmen Sie es dankend an. Erst dann verwandelt sich Lob zu einem Ausdruck gegenseitiger Wertschätzung.

Sie vermitteln dem Gegenüber, dass Sie ihm, und mit dem, was er sagt, vertrauen. Es hat nichts mit Arroganz oder Überheblichkeit zu tun. Sagen Sie einfach „Danke“ und verzichten Sie auf die toxischen Zusätze wie „das war doch nichts Besonderes“ oder „So toll war das auch wieder nicht“.

Selbstbewussten Menschen fällt es auffallend leichter ein Kompliment anzunehmen.

Sie sind sich ihres Wertes bewusst und kennen ihre eigenen positiven Eigenschaften.

Stärken Sie ihr Selbstbewusstsein. Jeder Mensch hat Eigenschaften, die bewundernswert sind und jeder hat es auch verdient, ein Kompliment zu bekommen!

In diesem Sinne: Ein ehrliches Kompliment an Sie, dass Sie bis hierhin interessiert ´ drangeblieben sind.