

Jemand fischt stets nach Komplimenten – was tun?

Stil Eine Freundin von mir fischt stets nach Komplimenten. Meistens komme ich ihr da gerne entgegen. Doch manchmal nervt es mich auch, ihr ständig auf ihren offensichtlichen Wunsch hin schmeicheln zu müssen. Wie kann ich hier passend reagieren, ohne verletzend zu sein?

Ein Kompliment ist eine wohlwollende Äusserung gegenüber einer anderen Person, an der etwas positiv hervorgehoben werden soll. Es soll Nähe schaffen, Freude bereiten, das Selbstbewusstsein stärken und kleine Unsicherheiten beseitigen. Und wem tut diese Zustimmung nicht gut?

Nach Komplimenten zu fischen heisst, bei jeder Gelegenheit nach Bestätigung und sozialer Anerkennung zu «betteln». Dies meist, indem man sich tendenziell schlecht darstellt und unnötigerweise klein macht, um gezielt eine positive Reaktion zu erhalten. So wird etwa gesagt: «Meine Frisur sitzt heute wieder gar nicht» oder «Ich habe schon wieder ein Kilogramm zugenommen». Natürlich kann das auch gesagt werden, weil man es ehrlich so empfindet. Doch manchmal wird es auch gesagt,

damit der andere widerspricht und das als so schlecht gehandelte Aussehen lobt.

Kommt solch ein «fishing for compliments» hin und wieder vor, wird kaum jemand Anstoss nehmen. Ist hingegen eine Person nur auf Komplimente aus, offenbart sie ihre Unsicherheit. Sie braucht die äussere Stimulation, also

Kurzantwort

Fischt jemand nach Komplimenten, ist er oft unsicher und hat kein gutes Selbstbild. Das kann, muss aber nicht so sein. Manche Menschen sagen auch, meine Frisur ist heute schrecklich, weil sie es wirklich denken. Sind Sie aber genervt von solchen Äusserungen, weichen Sie aus oder weisen Sie dezent darauf hin. (sh)

andere Menschen, die ihr sagen, wie toll sie sei. Sie macht sich von der Meinung anderer abhängig und nutzt jede Gelegenheit für einen Etappensieg im «Finde-mich-gut-Spiel».

Ablenken, nicht verletzen

Oft ist den «Fischenden» gar nicht bewusst, dass sie mit dieser Angewohnheit ihre Gesprächspartner verunsichern. Sie fragen nicht nach einer ehrlichen Meinung, sondern möchten vom Umfeld eine positive Rückmeldung, um sich kurzfristig gut zu fühlen. Doch Komplimente sind nur dann wertvoll und wirklich ehrlich, wenn sie das Ergebnis einer neutralen Beobachtung sind und freiwillig geäussert werden können.

Folgende Reaktionsmöglichkeiten bieten sich Ihnen an, wenn Ihre Freundin einmal mehr versucht, Ihnen ein

Kompliment zu entlocken: Sie spielen das Spiel weiterhin mit, indem Sie akzeptieren, dass Ihre Freundin kein gesundes Selbstbewusstsein und positives Selbstbild hat. Sie stärken sie weiterhin mit den positiven Äusserungen, die sie gerne hören will.

Sie weichen aus und überhören die negative Übertreibung oder winken ab und gehen nur kurz auf die Bemerkung ein, etwa mit «Ach wo, so ein Unsinn», und lenken das Gespräch auf ein anderes Thema mit «Was ich dir noch sagen wollte...»

Sie lassen sich keine Komplimente mehr entlocken, sondern sprechen stattdessen über Ihre eigenen Empfindungen. Teilen Sie Ihrer Freundin mit, dass Sie sich zunehmend unwohl fühlen, wenn sie stets nach Komplimenten bettelt und Sie diese nicht aus freien

Stücken und nach Lust und Laune äussern können. Wenn Ihnen die Freundschaft am Herzen liegt, gehen Sie am besten behutsam vor, um sie nicht zu verletzen. Wählen Sie Worte, die sie annehmen kann.



Lic. phil. Irène Wüest, Eich
Skill-Coach, Organisations- und Kommunikationsberaterin
www.skillcoach.ch

Suchen Sie Rat?

Schreiben Sie an: Ratgeber LZ,
Maihofstrasse 76, 6002 Luzern.
E-Mail: ratgeber@luzernerzeitung.ch
Bitte geben Sie Ihre Abopass-Nr an.
Lesen Sie alle unsere Beiträge auf
www.luzernerzeitung.ch/ratgeber.