

## BESSER ALS LOBEN

Newsletter von Günter W. Remmert  
Lösungen in Beziehungen und Beruf



Foto: Wilfried Beege, [www.beege.de](http://www.beege.de)

Liebe Freunde und Interessenten,

herzlich begrüße ich Sie als Leserin oder Leser eines neuen Newsletters.

Menschliche Lösungen, beruflich wie privat zu ermöglichen, dazu sind folgende Anregungen gedacht:

<b>TÜCKEN DES LOBENS</b> .....	<b>1</b>
<b>ERMUTIGEN</b> .....	<b>2</b>
<b>WERTSCHÄTZEN</b> .....	<b>3</b>



Gefallen Ihnen diese Seiten? Wären sie auch etwas für Ihre Freunde? Dann empfehlen Sie den Newsletter doch weiter! Möchten Sie Danke sagen, Kritik üben, Vorschläge machen? Dann schreiben Sie mir. Ich freue mich, von Ihnen zu hören. Freundliche Grüße aus dem Hunsrück

*Günter W. Remmert*

Günter W. Remmert  
[guenter@wachstums-impulse.de](mailto:guenter@wachstums-impulse.de)  
[www.facebook.com/guenter.remmert](http://www.facebook.com/guenter.remmert)

## TÜCKEN DES LOBENS

Es wird zu wenig gelobt – das beklagen viele. Aber wenn gelobt wird, so hat dies mancherlei Tücken, die im letzten Newsletter beschrieben wurden. Natürlich ist es richtig, sich anerkennend zu äußern. Doch immer kommt es auf die Form und Haltung an, in der dies geschieht. Wer jemanden lobt, schreibt sich selber das Recht zu, ein Urteil zu bilden, und stellt sich in irgendeiner Weise über den oder die Gelobte. Zu den Risiken und Nebenwirkungen gehört also, dass ein Urteil gefällt wird und eine Hierarchie aufgerichtet. Gelobt wird von oben nach unten. Und häufig wird Loben mit Absichten verbunden, manchmal sogar manipulativ eingesetzt. Auch noch das wohlmeinendste, hochherzigste Lob steht unter dem Verdacht, zu einem bestimmten Zweck eingesetzt zu werden. Zumindest das *Weiter so!* wird mitgehört. Oder deutlicher: *Das sagt er nur, weil er etwas von mir will.*

## ERMUTIGEN

Wenn das alles stimmt, was wäre dann besser? Gibt es Anerkennung ohne Hierarchie, Wertschätzung von gleich zu gleich? Kann man es vermeiden, soziales Gefälle auszunutzen? Kann ich grundsätzlich der Gefahr von Überheblichkeit ausweichen? Kann ich mich so äußern, dass selbst der leiseste Anklang davon fernbleibt?

Gelobt werden Kinder von ihren Eltern, Azubis von ihren Vorgesetzten, Schüler von ihren Lehrern. In solchen Situationen ist die Hierarchie unvermeidlich. Die Lobenden haben nun einmal einen Wissens- oder Erfahrungsvorsprung. Und es wäre seltsam, wollte man ihn verleugnen. Sollen sie nun nicht mehr loben? Sie sollen mehr und Besseres tun. Sie könnten sich darauf konzentrieren, zu ermutigen.

Was ist bei der Ermutigung nun anders?

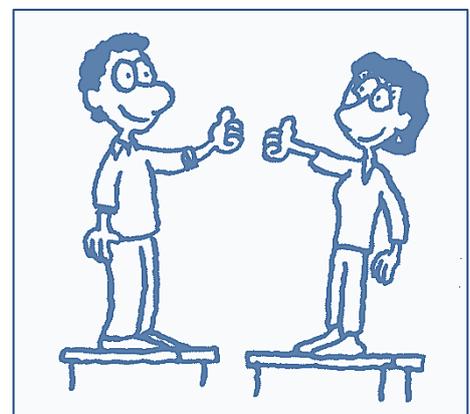
Das Lob bezieht sich auf die gelungene Leistung, die 1-A-Klassenarbeit oder ein fertig gestelltes Produkt. Eine Ermutigung hat weniger das Ergebnis im Blick als den Prozess des Vorangehens. Alternativen ausprobieren, dranbleiben, sich von Hindernissen nicht entmutigen lassen, sich anstrengen – all diese Vorgehensweisen lassen sich durch Ermutigungen unterstützen. Dies selbst, wenn das gewünschte Ergebnis noch nicht vorliegt oder sogar verfehlt wurde.

Lob adressiert sich an Gewinner. Ermutigung an alle, die etwas versuchen, etwas ausprobieren, Fortschritte machen, selbst wenn sich noch kein Erfolg abzeichnet.

Beim Lob bleibt man abhängig vom Urteil anderer, andere üben die Deutungshoheit aus. Die Ermutigung stärkt dagegen das Selbstbewusstsein, da der Maßstab in einem selbst liegt.

Lob hat leicht etwas Gönnerhaftes an sich. In der Regel ist es verknüpft mit bestimmten Absichten und Erwartungen. Die Ermutigung dagegen wirkt viel respektvoller. Sie hat keine Hintergedanken oder Absichten, sondern geschieht einfach so. Sie anerkennt, was ist.

Kurz gefasst: Lob fördert Versagensangst.  
Ermutigung stärkt Selbstvertrauen.



Lob	Ermutung
Bezieht sich auf ein Ergebnis: Fertiges Produkt, gelungene Leistung	Bezieht sich auf einen Prozess: Engagement, Tun, Aktivität, Anstrengung
Nur für Gewinner	Für alle, die etwas versuchen, Fortschritte machen, auch wenn sie nicht erfolgreich sind
Macht abhängig vom Urteil anderer	Stärkt Selbstbewusstsein Der Maßstab liegt in einem selbst
Oft gönnerhaft Verknüpft mit Erwartungen	Ausdruck von Respekt Ohne Hintergedanken und Absichten
Fördert Versagensangst	Schafft Selbstvertrauen

## WERTSCHÄTZEN

Noch leichter ist es, wenn kein soziales Gefälle vorhanden ist. Dann kann man nämlich anerkennen von gleich zu gleich. Wertschätzung setzt weder soziales Gefälle voraus, noch schafft sie es. Das unterscheidet sie vom Lob. Anerkennung oder Wertschätzung beziehen sich auch nicht auf Äußeres, wie Komplimente es tun. Wer wertschätzt, vollzieht eine positive Anerkennung, die sich auf den Einsatz, die Leistung oder die Haltung einer anderen Person bezieht.

Echte Wertschätzung ist verbunden mit Achtung, Wohlwollen, Zugewandtheit, Interesse, Aufmerksamkeit, Freundlichkeit. Und sie ist im Idealfall wirklich absichtslos, ohne Hintergedanken.

Wenn das Lob die dunkle Schwester der Anerkennung ist, dann ist Wertschätzung ihr besonderer Glanz. Wertschätzung ist Anerkennung unter Gleichen, besser Gleichwertigen. Wertschätzung funktioniert nur auf gleicher Augenhöhe. Sie ist mit Respekt verwandt.

*Respicere*, das lateinische Wort, von dem Respekt abgeleitet ist, meint „zurücksehen“. Es geht also um Rücksicht, um Berücksichtigung. Jemandem Respekt zollen meint also, ihm mit Achtung zu begegnen. Das hat nichts mit dem sog. Respekt zu tun, der in autoritären Verhältnissen gerne



eingefordert wird. Dort verlangt man Unterordnung und Gehorsam. Der horizontale Respekt ergibt sich dagegen aus der Überzeugung, dass alle Menschen gleichwertig sind. Daraus ergibt sich die Verpflichtung, die Menschenwürde aller zu achten.

Wertschätzung ist überraschenderweise mit dem eigenen Selbstwert verbunden: Menschen, die sich selbst achten, haben öfter auch eine wertschätzende Haltung anderen gegenüber. Wertschätzung achtet die Würde des anderen wie die eigene.