

LOB ÄUSSERN

- a)** Konkret (genau beschreiben, kein allgemeines Lob)
- b)** Keine Einschränkung (ganz, ziemlich, fast)
- c)** Keine negativen Nachsätze (ist ja ganz schön, aber ...)
- d)** Partnerschaftliches Lob (Übereinstimmung von Inhalts- und Beziehungsebene, kein falscher Unterton)

BEISPIELE:

1. Das Fleisch ist gut gewürzt.
2. Ich freue mich darauf, morgen mit dir ins Kino zu gehen.
3. Die Farbe deines Pullovers gefällt mir gut.
4. Ich freue mich, dich zu sehen .
5. Ich bin erleichtert, dass du mich besuchst.
6. Dein Lächeln bezaubert mich.
7. Ich bin beeindruckt, wie gut du Basketball spielst.
8. Es macht mir Spaß, mit dir ins Theater zu gehen.
9. Es tut mir gut, mit dir Fahrrad zu fahren.
10. Ich höre dir so gern beim Singen zu.
11. Eigene Beispiele

LOB ANNEHMEN

- a)** Freude über die Tatsache des Lobs ausdrücken (auch wenn der Pulli schon alt ist oder Sie Ihr Äußeres gar nicht lobenswert finden)
- b)** Keine Abwertungen (auch wenn Sie gewohnt sind, Ihre eigene Unsicherheit durch abfällige Bemerkungen über sich selbst zu kaschieren)
- c)** Partnerschaftliche Ebene (Übereinstimmung von Inhalts- und Beziehungsebene, Worten, Tonfall, Mimik, Gestik)

BEISPIELE:

1. Ich freue mich, dass es dir auch schmeckt, es ist mir heute auch besonders gut gelungen.
2. Nett, das von dir zu hören, ich freue mich auch darauf.
3. Ich freue mich, dass dir die Farbe von meinem Pulli gefällt, jetzt ziehe ich ihn gleich noch lieber an.
4. Es tut mir gut, dass du das sagst, ich habe mich auch auf dich gefreut.
5. Ich bin froh, dass du das auch so empfindest, ich habe einfach Sehnsucht, dich zu sehen.
6. Das ist ein wunderschönes Lob, das baut mich richtig auf.
7. Danke für dein Lob, es tut mir richtig gut, dass du mein Talent bemerkst.
8. Deine lieben Worte motivieren mich, häufiger etwas mit dir zu unternehmen.
9. Mir tut es auch gut, gemeinsam mit dir zu radeln.
10. Es freut mich, dass dir das gefällt, das ermuntert mich weiterzumachen.
11. Eigene Beispiele