Marlena Fischer

DIE KUNST, SICH NICHT ZU BLAMIEREN

Knigge-Basics für jeden Tag

mvgverlag

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

Über Höflichkeit

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

»In einer Sekunde
kann sich der
Mensch blamieren für
ewige Zeiten.«

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

So schrieb ein unbekannter Autor in der um die Wende vom 19. zum 20. Jahrhundert erschienenen humoristischen Wochenschrift die *Fliegenden Blätter*.

Für »ewige Zeiten«?

Nun ja, wir wollen es mal nicht übertreiben. Schließlich kann ein schlechter Eindruck – glaubt man dem bekannten Sprichwort »Der erste Eindruck zählt. Und der letzte bleibt für immer« – durchaus wieder wettgemacht und durch ein positiveres Bild unserer selbst ersetzt werden.

Und dennoch: Wir alle hassen jenen Moment der Peinlichkeit, jenen Augenblick der Blamage, wenn sich alle Blicke uns zuwenden, weil wir schon mit dem Essen begonnen haben, bevor die Hausherrin überhaupt in die Nähe ihres Platzes gekommen ist. Und das auch noch mit dem falschen Löffel!

Wenn die Augenbrauen der anderen hochgehen, weil wir der Assistentin vor dem Chef die Hand geschüttelt haben, obwohl »Ladys first« in diesem Kontext gar nicht gilt.

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

Wenn wir den Dresscode einmal mehr missverstanden haben und aus der schwarzbefrackten Masse mit unseren beigen Chinos, die daheim doch noch relativ elegant aussahen, herausstechen wie ein Pfau.

Über so eine Situation hilft nur ein dickes Fell hinweg und der Entschluss, sich endlich – nun aber ernsthaft! – mit den wichtigsten Anstandsregeln auseinanderzusetzen.

Doch was ist heute noch wirklich relevant?

Was ist heute noch richtig oder falsch?

Viele der Regeln aus der Höflichkeitsbibel *Über den Umgang mit Menschen* von Adolph Franz Friedrich Ludwig Freiherr von Knigge sind hoffnungslos veraltet. Und auch sonst gibt es viele vermeintlich goldene Regeln, über die sich heute streiten lässt – und auch fleißig gestritten wird. Sollte zum Beispiel tatsächlich nur mit Wein, Sekt oder Champagner – und auf keinen Fall mit antialkoholischen Getränken – angestoßen werden?

Stößt man nicht vielmehr mit der Person statt mit dem Getränk an? Sollte eine Schwangere, die nur mit Sprudel anstoßen kann, tatsächlich derart ausgeschlossen werden?

Und dennoch sind all diese Regeln der Höflichkeit, die durchaus nicht durch die Bank von Herrn

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

Knigge erfunden wurden, sondern sich über die Jahre hinweg aus unserem – höflichen – gesellschaftlichen Miteinander herausdestilliert haben, wichtige Stützen in unserem alltäglichen Leben. Sie geben Orientierung, die unverzichtbar ist in dieser immer komplexer werdenden Welt, und nehmen den Druck von uns, ständig unser Verhalten zu hinterfragen. Denn wer seine Benimmregeln kennt, der muss sich nicht den Kopf zerbrechen, ob und wie er eine andere Person zu begrüßen hat. Die klaren Vorschriften nehmen ihm die Last der Entscheidung ab.

Vor allem aber vermittelt die Einhaltung dieser kleinen Höflichkeitsregeln dem Gegenüber:

Du bist mir wichtig. Das bist du mir wert.

Sie sind damit, wie Arthur Schopenhauer so schön sagte, für den Menschen wie die Wärme für das Wachs.

Und ist das nicht der allerbeste Grund, höflich zu seinen Mitmenschen zu sein?

Gehen Sie also hinaus – und bringen Sie Ihre Mitmenschen zum Dahinschmelzen!

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

Der erste Eindruck

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

»Der erste Eindruck
ist der beste.«

Deutsches Sprichwort

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

Beginnen wir einfach …

Bevor Sie überhaupt den Mund aufmachen, hier ein paar Basics, die Ihnen dabei behilflich sein werden, den Weg für eine erfolgreiche erste Begegnung zu bereiten.

Lächeln Sie! Natürlich wird gerade den Damen gern vorgeworfen, zu viel zu lächeln und sich auf diese Art in eine Position der Unterlegenheit zu begeben. Nicht zu Lächeln im Augenblick des Kennenlernens ist jedoch schlichtweg unhöflich.

Halten Sie Blickkontakt! Lassen Sie im Gespräch Ihre Augen nicht durch die Gegend wandern. Das suggeriert Ihrem Gesprächspartner: Ich bin sowieso auf der Suche nach einer interessanteren Unterhaltung.

Dennoch wird Ihr Blick immer leicht wandern – der Herr achtet dabei darauf, dass er der Dame nicht in den Ausschnitt schaut …

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

… und alle anderen tragen Sorge, nicht etwaige Unzulänglichkeiten ihres Gegenübers – Warzen, Narben, abstehende Ohren – allzu sehr ins Visier zu nehmen.

Tragen Sie Ihre Hände gut sichtbar! Sie möchten doch nicht den Eindruck vermitteln, etwas zu verbergen zu haben.

Tatsächlich gibt es in puncto Körpersprache so einiges zu beachten …

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

Körpergeflüster

Hierbei geht es nicht um Geschlechterklischees à la »Wenn sich eine Frau durchs Haar streicht, findet sie ihr Gegenüber attraktiv«.

Nein, hier geht es um viel Grundsätzlicheres …

Wenden Sie sich Ihrem Gesprächspartner zu. Ihre Körpersprache soll sagen: »Ich schenke dir meine volle Aufmerksamkeit.«

Zeigen Sie aufrechte Haltung und Körperspannung. Stehen Sie mit beiden Füßen fest auf dem Boden. Sie glauben gar nicht, wie schnell Ihr Gegenüber innen und außen bei Ihnen gleichsetzen wird …

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

Stehen Sie etwa hüftbreit. Stehen Ihre Füße enger beieinander, wird das als Ausdruck von Schüchternheit und Unsicherheit verstanden. Stehen Sie zu breit, wirkt das bei den Herren wie Imponiergehabe – und bei den Damen lächerlich.

Verschränken Sie Ihre Arme nicht. Das wird von Ihrem Gegenüber als Geste der Abwehr verstanden werden.

Und da wären wir schon beim Thema Hände …

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

Die Hände

Dass Sie Ihre Hände ganz offen tragen sollen, wissen Sie bereits. Auch verschränken sollten Sie Ihre Arme nicht. Das heißt aber nicht, dass Sie diese wie eine leblose Marionette einfach an sich herunterbaumeln lassen sollten …

Halten Sie Ihre Hände oberhalb der Gürtellinie. So viel Spott bisher auch darüber getrieben wurde – die Merkelraute kann durchaus ein Mittel der Wahl sein, wenn Sie nicht wissen, wohin mit Ihren Händen.

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de

Nesteln Sie vor allem nicht an sich herum. Noch besser: Nutzen Sie Ihre Hände, um damit zu gestikulieren. Das zeugt von Selbstbewusstsein und Kraft.

Übertreiben Sie es aber nicht. Denn das kann schnell aggressiv und dominant wirken.

Dabei sollten Ihre Hände, genau wie Ihre ganze Körpersprache, offen sein. Weisen Sie zum Beispiel mit der ganzen Hand auf Dinge.

Der Zeigefinger, der aus der geballten Faust herausreicht, wirkt dagegen sehr dominant, fast schon aggressiv.

© des Titels »Die Kunst, sich zu blamieren« von Dr. Malrena Fischer
(978-3-7474-0061-6) 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.m-vg.de