

wird Dir also wesentlich weniger Respekt zeigen, wenn Du ein übertrieben freundliches Verhalten hast.

Freundlichkeit ist dementsprechend nicht die beste Möglichkeit, um mehr Respekt von anderen zu bekommen. Entwickelst Du jedoch erst einmal die richtigen Verhaltensmuster, wird Dich dein Umfeld bald vollkommen anders behandeln. Sage öfters „Nein“ und Menschen aus deinem Umkreis werden Dir mehr Respekt gegenüber zeigen, Deinen Wert höher einschätzen und Dich als selbstbewusste Person wahrnehmen.

Du verlierst das Vertrauen von anderen Menschen

Übertrieben freundliche Menschen sind nicht vertrauenswürdig. Bist Du andauernd nett und zuvorkommend werden andere dieses Verhalten hinterfragen und sich sogar von Dir abwenden.

Dies lässt sich einfach erklären: Einem dauerhaften „Ja-Sager“ fehlt es an Integrität, weil er keine Anfragen ablehnen kann.

Er tut alles dafür, um Anderen zu gefallen und missachtet dabei seine eigenen Prinzipien und Richtlinien. Und keine Person will sich langfristig mit jemandem umgeben, der sich nur nach anderen Menschen richtet. Einer solchen Person fehlt es an persönlicher Stärke, um für seine eigenen Ziele und Bedürfnisse einzustehen. Und genau diese Eigenschaft benötigt man, wenn man das Vertrauen seines Umfelds gewinnen will. Du musst zunächst einmal in Dich selbst vertrauen, um das Vertrauen anderer Menschen zu erlangen.

Du wirst anhängliche Menschen durch übertriebene Höflichkeit anziehen

Kannst Du niemals „Nein“ sagen, wirkst Du wie ein Magnet auf anhängliche und manipulative

Menschen. Diese Menschen werden Dir deine Zeit rauben und Dich ständig um Gefallen bitten, wenn Du ihnen keine Grenzen aufzeigst. So kann es dazu kommen, dass Du als „emotionaler Tampon“ oder als privater Psychologe von diesen Personen ausgenutzt wirst.

Mach dein Umfeld klar, dass Du nur über begrenzte Ressourcen verfügst. Du bist nicht zuständig für die Probleme und Sorgen von Anderen und musst Dich erst um Dich selbst kümmern, um Hilfe anzubieten. Durch ein konsequentes „Nein“ kannst Du anhänglichen Menschen Grenzen aufzeigen und mehr Freizeit für Dich selbst erlangen.

Du wirst möglicherweise selbst anhänglich

Kannst Du deine eigenen Bedürfnisse nicht zufriedenstellen, wirst Du unterbewusst versuchen diese Bedürfnisse durch andere

Leute zu befriedigen. Somit gibst Du durch übertriebene Nettigkeit deine Unabhängigkeit und Selbstbestimmtheit völlig auf.

Ein anhängliches Verhalten kann sich wie folgt äußern: Anstatt Dir selbst Bestätigung für deine Taten zu geben, suchst Du ständig nach der Bestätigung von anderen. Du versuchst es deinem Gegenüber recht zu machen, damit Du seine Zustimmung bekommst. Durch ein solches Verhalten wirst Du viele Menschen abschrecken, weil anhängliche Personen generell Zeit und Energie rauben.

Du willst also neue Freundschaften knüpfen? Übertriebene Freundlichkeit ist dafür nicht der richtige Weg. Mit einem authentischen Auftreten wird Dir dies viel eher gelingen!

„Wer »Nein« sagt, erfüllt die Pflicht, die das »Ja« gehabt hätte.“

- Billy (*1932), eigentlich Walter Fürst,

Schweizer Aphoristiker