

→ EINE FRAGE DER ETIKETTE

Hilfe, mir stinkt's!

VON PIA TERHEYDEN

Es gibt Momente, da stinkt einem das Gegenüber gewaltig. Weil derjenige vielleicht am Abend zuvor beim Griechen in Knoblauch geschwelgt oder weil bei 39 Grad im Schatten beim ihm das Deo versagt hat. Die Berliner Etikette-Trainerin Nadine Meyden (40) sagt, wie man diese peinlichen Situationen im Alltag freundlich meistern kann – ohne den anderen zu verletzen.

Frau Meyden, wie sag' ich's denn nun meinem Gegenüber?

Meyden Zunächst muss man unterscheiden, aus welcher Position heraus man Kritik äußern will. Es steht einem Menschen nicht zu, dem Nachbarn in der U-Bahn zu sagen, dass er stinkt. Da muss man sich nun mal einen anderen Platz suchen. Anders ist es, wenn man als Chef feststellt, dass der Mitarbeiter nach Schweiß riecht oder eine

Knoblauchfahne hat. Ein Vorgesetzter hat eine Führungsrolle und ist unter anderem für das Firmenimage zuständig. Wenn ein Außendienstmitarbeiter einen unangenehmen Körpergeruch hat, dann ist das schlecht, weil man Kunden verprellt und der Firma so schadet.

Wie führt man solch ein Gespräch?

Meyden Immer unter vier Augen. Es sollte möglichst eingebettet in zwei positive Botschaften sowie kurz und sachlich sein. Zum Beispiel: Ich hätte festgestellt, dass der Kollege nach Schweiß riecht, und dass ich ihn darum bitten würde, etwas mehr Sorgfalt auf die Körperpflege zu richten. Wichtig ist die

Ich-Botschaft und dass am Ende immer wieder etwas Positives steht. Man nennt dies das Sandwich-Prinzip. In diesem Fall könnte man im Anschluss darauf verweisen, dass der Kollege in der letzten Zeit viel zu tun hatte.

Bei einer Kollegin oder Freundin ist das aber noch unangenehmer...

Meyden Nein, man darf nur kein Drama daraus machen. Wenn man die Message in einem freundlichen Ton überbringt und es aus der eigenen Perspektive schildert, ist das keineswegs schlimm. Man sollte nur nicht allzu lange darauf herumreiten und schnell das Thema wieder wechseln.

Warum tun wir uns mit dieser Art der Kritik so schwer?

Meyden Weil sie die Intimosphäre betrifft. In der Kritik steckt doch der Vorwurf, der andere ist unsauber. Alle Themen, die natürliche Körperfunktionen betreffen, sind in unserer Gesellschaft tabu.



Kennt sich in Stilfragen aus: **Nadine Meyden** ist Etikette-Coach. FOTO PRIVAT