

Am 8. März ist Frauentag: Einfach mal wieder Danke sagen

(GMH/BVE) Hand aufs Herz: Ist es nicht mal wieder Zeit, sich aufrichtig für etwas zu bedanken was wir als selbstverständlich hinnehmen? Verdient hat es die Sekretärin, die immer Ruhe bewahrt, wenn es hektisch wird, die Erzieherin, die Kinder tröstend in den Arm nimmt oder die aufmerksame Verkäuferin, die trotz Stress alle zuvorkommend und mit einem Lächeln bedient. Ein guter Anlass um Danke zu sagen, ist der Weltfrauentag am 8. März. Ein Blumenstrauß oder eine Topfpflanze aus dem Fachhandel sorgen dafür, dass die Geste noch wirkungsvoller wird.



Bildnachweis: GMH/BVE

Bildunterschrift: Danke sagen am Weltfrauentag: In Verbindung mit einer Topfpflanze oder einem Blumenstrauß wird die Geste noch wirkungsvoller.

Bilddaten in höherer Auflösung unter:

http://www.gruenes-medienhaus.de/download/2013/02/GMH_2013_06_01.jpg



Achtung und Wertschätzung sind wichtig

Sich aufrichtig zu bedanken sei sehr wichtig, betont Dr. Rolf Merkle. Nach Ansicht des Psychotherapeuten und Ratgeber-Autors (www.rolfmerkle.de) ist es Ausdruck für Achtung und Wertschätzung: „Ein ehrlicher Dank signalisiert dem anderen, dass wir seine Mühe erkennen und anerkennen.“ Gleichzeitig rufe man sich selbst in Erinnerung, dass es nicht selbstverständlich ist, wenn jemand für uns zum Beispiel die Wäsche macht oder bei Krankheit versorgt.

Das Wörtchen Danke sei sozusagen „sozialer Schmierstoff“ – es koste wenig und könne dennoch sehr viel Positives für das Zusammenleben bewirken. Wer Gutes tue, habe auch selbst etwas davon, betont Merkle. Denn man mache sich dadurch bewusst, dass es jemand gibt, der einen unterstützt. „Und wir empfinden Freude und Glück, dass andere Menschen uns gut behandeln“, erklärt der Psychotherapeut.

Eigentlich brauche es ja keinen besonderen Tag, um sich zu bedanken. Ziel solle vielmehr sein, das Wort Danke regelmäßig zu gebrauchen. Wer jedoch schon lange nicht mehr gezeigt habe, dass er die Leistungen des anderen schätzt, könne den Frauentag als willkommenen Anlass nehmen. Aber Vorsicht: Es könne den anderen misstrauisch machen, wenn ihm bislang nie oder selten gedankt wurde. Deshalb sei es gut, wenn die Geste an einem konkreten Verhalten oder einer bestimmten Leistung festgemacht werde, so Merkle.

Fachhandel hält eine große Auswahl bereit

„Es gibt jedoch auch Menschen, die einen Dank nicht gut annehmen können und für die Aufmerksamkeit eher unangenehm ist“, sagt der Psychotherapeut. Deshalb solle man sich gut überlegen, wie man dem anderen tatsächlich eine Freude machen kann. Manchen Menschen genüge eine einzelne Blüte als Aufmerksamkeit, während sich andere erst über einen üppigen Frühlingsstrauß oder eine langlebige Topfpflanze richtig freuen können.

Eine entsprechend große Auswahl und kompetente Beratung für die richtige Aufmerksamkeit gibt es im gärtnerischen Fachhandel. Unter www.ihre-gaertnerei.de ist garantiert eine passende Adresse ganz in ihrer Nähe aufgelistet.



[Kastenelement]

Auch Frauen dürfen am 8. März Blumen verschenken

Die Zahl der Frauen in Führungspositionen steigt in Deutschland. In Zeiten voranschreitender Gleichberechtigung muss der internationale Tag der Frau jedoch nicht gleich abgeschafft werden, wie es Alice Schwarzer gefordert hat. Erfolgreiche Frauen können den 8. März stattdessen zum Anlass nehmen, sich mit Blumen bei ihren Mitarbeitern und Kollegen zu bedanken. Wetten, dass sich auch Männer über die Aufmerksamkeit freuen?