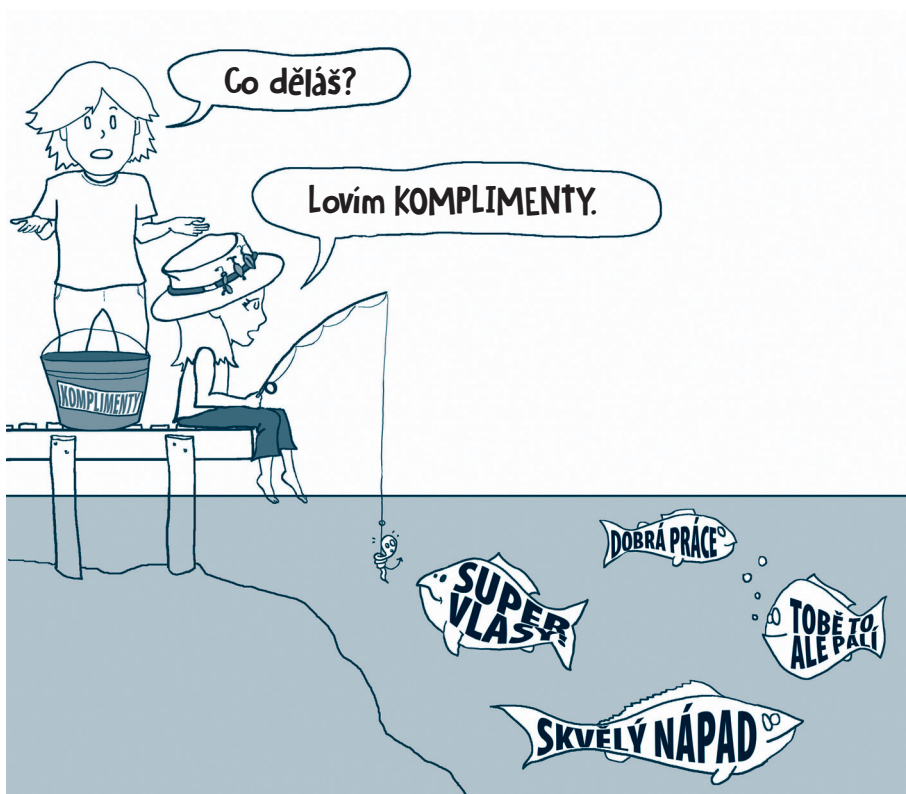


- 10 -  
**NENÍ ZAČ**

## Tajemná moc komplimentů



## Co musíš vědět

---

- ◆ Komplimenty jiným nejsou urážkami tvé osoby.
- ◆ Nejvíc komplimentů můžeš dostat, když také dokážeš ostatní upřímně pochválit.
- ◆ Komplimenty týkající se něčeho konkrétního jsou ty nejpůsobivější.
- ◆ Komplimenty přijímej zdvořile. Stačí se usmát a poděkovat.

## Asperlogika

---

Ještě dnes si dobře pamatuji na to, jak mě můj kluk vzal jednou večer na bruslení. Bylo to docela legrační (a zábavné). Mně bylo devatenáct, ale průměrný věk dětí kolem byl asi dvanáct let. Vešli jsme do haly, kde bylo barevné blikající osvětlení a hrála tam hlasitá hudba. Pokladní za dlouhým recepčním pultem se k nám přiblížila, aby od nás vybrala vstupné.

„Máte krásné stíny,“ řekla jsem jí. Opravdu byla moc hezky namalovaná. Použila velmi jemné barvy a dobře je zkombinovala. Jako holka jsem z vlastní zkušenosti věděla, že to není vůbec lehké. Podezíravě se na mě podívala, ale když si všimla mého upřímného úsměvu, opětovala mi ho. „Díky moc,“ řekla a zjevně měla radost. „Právě jsem si je koupila.“ „Vypadají vážně dobře,“ řekla jsem ještě a vydala se se svým klukem k lavičkám, abychom se přezuli.

Jak jsme si zavazovali tkaničky, podíval se na mě překvapeně a řekl: „To bylo úžasný.“ Nejdříve jsem vůbec nechápala, co tím myslí. „Pochválila jsi ji a myslela jsi to vážně. Nechtěla jsi jí jen zalichotit, bylo to od tebe fakt hezký!“ Potřásla jsem rameny a usmála jsem se: „A co je na tom? Prostě jsem jen byla upřímná.“

Později jsem ale zjistila, že ženy a dívky si jen málokdy říkají opravdové komplimenty. Vypadá to, že automaticky předpokládají, že když jim někdo zalichotí, buď 1) od nich něco chce, nebo 2) to myslí ironicky. Tenkrát jsem si říkala, že je to směšné. Vlastně si to říkám i teď.

Komplimenty by měly fungovat jako takové malé dárky. Bohužel je to ale mnohem složitější. A pro nás aspíky (kluky i holky) to má ještě další háček. Máme totiž tendenci vnímat kompliment pro druhého jako poukázání na náš vlastní nedostatek. Už zase je to tady: sami sebe bereme jako středobod, se kterým se všechno srovnává. Psychologové tomu říkají egocentrismus (sebestředné myšlení). To je naše past. A garantuji vám, že je to cesta do údolí slz a samoty. Přesně jak se píše na mém oblíbeném tričku: „Svět se netočí jen kolem mě“.

## Komplimenty jiným nejsou maskované urážky tvé osoby.

Když učitelka chválí báseň jiného žáka, nemyslí tím, že tvoje básnička je špatná. V té chvíli není vůbec vhodné říct: „No tak počkat, a co ta moje?“ Zbytečně by tak kvůli tobě vzniklo konkurenční prostředí a tebe by považovali za lítostivého břídila. Nebo když trenér někoho jiného z týmu pochválí: „To byla rychlost!“, neozveš se snad: „Já taky běhám jako blesk!“ Nikdo přece neříká, že se pohybuješ jako šnek.

Pokud se nedokážeš vyrovnat s pochvalou pro někoho jiného, je zřejmé, že ti chybí zdravá sebedůvěra. A s takovými lidmi není příjemné trávit čas. **Potřebujeme pochopit, že i ostatní lidé mohou být talentovaní a šikovní, aniž bychom se kvůli tomu museli náhle cítit méněcenní. Nebo méně důležití.**

Je dobré si uvědomit, a to ti říkám jako zkušený aspirík, že splynout s davem pro nás není jen obtížné, ale někdy je to dokonce to poslední, co bychom si přáli udělat. Pokud se totiž spokojíme s pozicí jednoho z davu a nebudeme stále výjimeční, nese to s sebou určité riziko. Začneme se obávat, jestli se o nás vůbec někdy někdo začne zajímat. A začne?

Ale ano, samozřejmě... tím spíš. Vždyť každý člověk je jedinečný a má ostatním co nabídnout. To není náhoda. Kdyby byly všechny děti ve třídě skvělí malíři, kdo by později zpíval v muzikálech? Kdyby byli všichni vědci skvělí chemici, kdo by studoval astronomii? My aspiríci se často snažíme vybočit z řady, protože máme strach, že pokud splyneme s davem, zmizíme docela. Ta představa nás děsí! Žene nás kupředu pravděpodobně jeden z nejsilnějších motorů lidstva – touha cítit se důležitě. Stydliví aspiríci se proto uplatňují v zákulisí, odvážnější hledají pozornost a uznání extrémními způsoby. Věř mi ale, pochvala druhému (ať už ji vyslovíš ty nebo někdo jiný) nesnižuje tvou vlastní důležitost. Ve skutečnosti se to má tak, že když pochválíš, budeš spíš pochválen. Znáš Zlaté pravidlo? Jak chcete, aby lidé jednali s vámi, tak...

Známý spisovatel Ralph Waldo Emerson řekl: „Každý, s kým se v životě potkám, mě v něčem předstihuje. Tak se od něho učím.“ Neřekl: „Cítím se jím být ohrožen.“ Ani že se s ním chce srovnávat. Ne, řekl jen, že je dobré se upřímně snažit zjistit, co nás druzí mohou naučit. Vzpomeň si, jak se zachoval můj kluk, když jsem pochválila té dívce v pokladně bruslařské haly její stíny. Srovnával mě s ní a myslel si: „Ta moje tak hezky namalovaná není.“? Vykašlal se na mě a začal laškovat s tou hezkou dívkou? Vůbec ne. Ohromilo ho, jak jsem schopná upřímně pochválit kvalitu jiného člověka. **Milá slova vůči jinému člověku tě nesníží, spíš naopak. Bude z tebe vyzařovat sebedůvěra a laskavost.**

**Komplimenty jsou jako úsměvy: čím více jich rozdáš, tím více jich dostaneš zpět.**

## Jak někomu vystříhnout dobrý komplement

---

Každý zřejmě přijde na to, jakým způsobem někoho vhodně pochválit. To není zas tak složité. Jenže pozor: lichocení je sice jednoduché, ale ne příliš upřímné a obecné komplimenty nejsou zas tak působivé.

### 1. krok: Buď konkrétní

Věta „Ty šaty ti moc sluší.“ je konkrétnější a působivější než „Vypadáš dobře.“ „Ta otázka, kterou jsi položil profesorovi historie, byla vážně zajímavá,“ je lepší než „To byla super hodina historie.“ Čím víc budeš konkrétní, tím víc dáš najevo, že se o druhého upřímně zajímáš.

### 2. krok: Podlož to

Dodej svému komplimentu vysvětlení. Proč se ti ty šaty líbí? „Ty šaty ti moc sluší, protože ti ladí s barvou očí.“ Proč se ti líbila ta otázka? „Ta otázka, kterou jsi položil profesorovi historie, byla vážně zajímavá, protože jsi tím upozornil na možnost jiného úhlu pohledu.“

### 3. krok: Pokračuj

Komplimenty mohou být skvělou záminkou k zahájení rozhovoru. Můžeš se dál vyptávat na to, co chválíš, a rozhovor bude nenuceně pokračovat dál. Například se ti bude líbit něčí obří hrad z lega. „Kde jsi sehnal tyhle kousky? Nikdy jsem nic takového neviděl!“ Nebo v případě té otázky z hodiny historie: „Ty jsi toho o Churchillovi četl víc?“ (nebo o jiném tématu...).

## Není zač

---

Upřímně míněný komplement každého dobře naladí. Proto mu to nekaž tím, že hned začneš upozorňovat na sebe nebo že se kvůli tomu zbytečně začneš cítit v ohrožení. Ty máš své vlastní jedinečné schopnosti, i když je teprve objevuješ. (Dokonce i já sebe sama ještě úplně dobře neznám!) Rozdávaj komplimenty, a to upřímně a často. Někomu to třeba bude vadit, ale to je jeho problém, ne tvůj. A když pochválí někdo tebe (což se určitě také stane), zdvořile kompliment přijmi, bez zbytečné okázalosti. Usměj se, řekni: „Děkuji.“ A važ si toho.

# CITÁTY

*„Když se někdo  
k tobě chová hezky,  
ale k číšníkovi ne,  
není to dobrý  
člověk.“*



**„Lidé nepláčou proto,  
že jsou slabí, ale proto,  
že byli příliš dlouho silní.“**

- 1 Dát někomu  
druhou šanci  
je moudré.**
- 2 Dát někomu  
třetí šanci  
je směšné.**

Dělej nejlíp, jak umíš,  
a v dobrém se ti  
to vrátí.