**Deutsche Textvorlage zum Sprichwort: Allzuviel ist ungesund 1**

Guten Morgen und herzlich willkommen zu einem weiteren Beitrag zum Thema Sprichwörter im Alltag.

Walter Noser hat 2008 in der schweizerischen Zeitschrift »Beobachter« in der Rubrik Familie einen interessanten Artikel mit dem Titel »Lob - Allzuviel ist ungesund« geschrieben. Hören wir mal rein:

**Allzu viel ist ungesund**

Anerkennung wirkt motivierend. Nicht nur bei Kindern, sondern auch bei unsereins. Doch sie nützt sich rasch ab, wenn sie falsch eingesetzt wird.

Kürzlich besuchte ich mit einem Freund und dessen Kindern eine ehemalige Nachbarin im Altersheim, weil sie tags darauf ihren 95. Geburtstag feierte. In der Cafeteria unterhielten wir uns über allerlei. Richtig in Gang kam das Gespräch aber erst, als eines der Kinder die alte Dame fragte, was sie denn früher so gemacht habe. Da sprudelten die Geschichten nur so aus ihr heraus, und sie erzählte, wie sie sich für das Frauenstimmrecht engagiert oder im Zweiten Weltkrieg ihre Familie durchgebracht hat. Als junges Mädchen sei sie mit dem Velo bis ins Burgenland und mit dem Schiff bis nach England gefahren - gegen den Willen ihrer Eltern, berichtete sie stolz. Wir waren beeindruckt und voll des Lobes für ihre Taten.

Am nächsten Tag wurde der Jubilarin auch am Radio gratuliert. Dort allerdings präsentierte sich ihr Leben ganz anders: Sie lese trotz schwacher Augen noch jeden Tag die Zeitung, mache trotz Gehbeschwerden häufig einen Spaziergang um das Heim und freue sich stets über Besuch, hieß es, und ich realisierte plötzlich, warum wohl viele alte Menschen so gerne von früher erzählen. Ganz im Gegensatz zu ihrer jetzigen Situation können sie Dinge schildern, die Anerkennung und Wertschätzung finden.

Wie gut hab ich´s doch, schoss es mir durch den Kopf. Wie andere in meinem Alter bin ich risikofreudig, unternehmungslustig und vermag gute Ideen umzusetzen. Nicht nur im privaten Umfeld, sondern auch im Job werden mir deshalb Lob, Anerkennung und Wertschätzung entgegengebracht. Und noch besser haben es die Kinder meines Freundes: Sie werden sogar gelobt, wenn sie nichts geleistet haben. Oder ist es eine Leistung, dass sie im Altersheim nicht gezwängelt und gebängelt haben?

Ihm gehe es darum, erwünschtes Verhalten durch konkretes Loben zu fördern, sagte mein Freund, als ich ihn auf das Thema ansprach. Er wolle sich seinen Kindern nicht nur zuwenden, wenn sich diese ungezogen benehmen. Lob erhöhe zudem das Selbstwertgefühl. «Zu viel Lob kann auch selbstgefällig und träge machen», entgegnete ich. Würden mich meine Kollegen für jeden Mumpitz loben, hätte ich bald mal das Gefühl, ich sei ein Genie - mit der Folge, dass ich Lob bei Anstrengungen und wirklich guten Leistungen nicht mehr ernst nehmen würde. Warum sollen Kinder da anders reagieren?

«Aha», sagte mein Freund, «du siehst das wie Christoph Blocher? Der sagte, als er noch Bundesrat war, er sei nicht bezahlt, um zu loben, sondern um zu kritisieren.» Nein, so sehe ich das nicht, denn Motivation für gute Leistung kann sicher nicht durch Kritik allein entstehen. Aber - ob im Bundeshaus oder in der Familie - Lob für Selbstverständlichkeiten ist nirgendwo glaubwürdig und motiviert zu nichts. Höchstens dazu, sich eitel auf Lorbeeren auszuruhen.

«Vielleicht hätte ich meine Kinder loben sollen, weil sie der Nachbarin interessiert zuhörten und Anteil nahmen - nicht dafür, dass sie brav waren», sagte mein Freund selbstkritisch. Finde ich auch: Lob soll nicht erfolgen, wenn jemand bloß den Erwartungen entspricht. Lob kann nur glaubwürdig sein, wenn besondere Leistungen gewürdigt werden. Schließlich haben fast alle Menschen ein Gespür dafür, ob sie zu Recht oder zu Unrecht gelobt werden.

<http://www.beobachter.ch/familie/artikel/lob_allzu-viel-ist-ungesund> (Walter Noser, 2/2008)