

Complimenten geven: zo doe je dat!

We zijn in het algemeen niet zo goed in het geven van complimenten. 'Je doet gewoon je werk, toch?' Ook het benoemen van de positieve kanten, de kwaliteiten van een ander, vinden we soms lastig. Een compliment geven of zeggen waar iemand goed in is, doen soms wonderen.

Complimenten geven werkt beter dan negatieve feedback of kritiek. Dat voelt vaak als een afwijzing en zorgt er meestal voor dat iemand (nog) harder gaat werken aan zijn zwakke punten en vergeet dat hij ook sterke punten heeft. Een compliment geeft feedback die de ander kan helpen om zich bewust te worden van welk gedrag effectief is. Door een compliment laat je merken aandacht te hebben voor de ander en dat je betrokken bent bij wat hij of zij doet.

Complimenten maken het werk leuker én beter.

Een waarderende, positieve benadering – in de vorm van complimenten of positieve feedback – zorgt er voor dat iemand meer vanuit zijn sterkte en kwaliteiten werkt en meer bereid is het beste uit zichzelf te halen. Een compliment is goed voor het (werk)plezier en zelfvertrouwen. Het leuke is ook dat als je complimenten krijgt, je zelf ook gemakkelijker complimenten geeft. Het zorgt dat je er samen voor gaat en makkelijker bij elkaar terecht kan in het werk.

Complimenten kun je het beste geven op het gedrag van een ander. Bijvoorbeeld: 'Wat doe je dat goed!'. Die zorgen ervoor dat mensen meer van hetzelfde gedrag blijven doen. De andere weet dan dat je dat gedrag belangrijk en goed vindt. Geef dus veel complimenten gericht op het gedrag van de ander.

HET ABC VAN COMPLIMENTEN GEVEN



Een goed compliment is:

- **Accuraat:** de feiten kloppen, de ander heeft het zelf gedaan.
- **Betrouwbaar:** het is geloofwaardig, realistisch en oprecht wat je zegt.
- **Constructief:** de ander heeft er wat aan, het is belangrijk voor de ander.

Nog een paar tips over complimenten geven

Iemand complimenteren is een vorm van feedback.

Gebruik daarom dezelfde regels als voor het geven van feedback. Let voor de rest nog op het volgende:

- Benoem het gedrag als zich dat voor doet; geef zo snel mogelijk daarna een compliment.
- Vermijd complimenten die concurrentie in de hand werken: 'Je doet het veel beter dan de anderen'.
- Geef alleen een compliment als je het écht meent.
- Geef geen compliment over iets waar de ander niet trots op is; dat komt dan over alsof je de ander onderschat of betuttelt.

Complimenten ontvangen

Compliment geven komt nog te weinig voor in de zorg.

En als je er een krijgt, weten veel mensen niet hoe ze moeten reageren. Daarom een paar tips voor het ontvangen van complimenten:

- 'Dank je wel' zeggen is genoeg.
- Geef geen compliment terug: de ander voelt zich dan niet serieus genomen.
- 'Kleineer' of 'ondermijn' het compliment niet door bijvoorbeeld te zeggen 'Het was een kleine moeite'.