

Een compliment, omdat jij een compliment waard bent!



Aan wie, voor wie?

Aan een kind, een jongere, een ouder, een docent, een leerkracht, een conciërge, een telefoniste, een directeur, een schoonmaker, een schoonmaakster, een klasgenoot, een mede student, een zus, een broer, een vriend, een vriendin, een vader, een moeder, een oom, een tante, een opa, een oma, een neef, een nicht, een buurman, een buurvrouw, een buurjongen, een buurmeisje, een kleinzoon, een kleindochter, een cliënt, een klant, een patiënt, een partner, een zwager, een schoonzus, een schoonzoon, een dokter, een schoonmoeder, een schoonvader, een schoondochter, een winkelier, een voorbijganger, een bakker, en iedereen die je kent en niet kent.

Want we verdienen altijd wel **een compliment, elke dag!**

Let op: iedereen is inclusief jezelf!

Waarom zijn complimenten belangrijk?

(Hoe doe je dat, hoe kun je dat doen?)

Een compliment **dat meen je echt!**

Een compliment **is altijd positief!**

Een compliment **is opbeurend!**

Wat bereik je met een compliment?

Een compliment geeft de ander **een enorm gevoel van waardering.**

Een compliment geeft de ander **een positiever zelfbeeld.**

Een compliment geeft de ander **een stimulans** om vaker het gewenste gedrag te laten zien.

Een compliment zorgt ervoor dat er **een betere sfeer is.** Thuis/op het werk/in elke relatievorm.



Welke complimenten kun je zoal geven?

1. Zeg eens iets **over het uiterlijk** van de ander.

Bijvoorbeeld: Wat zit je haar leuk.
Wat een mooie trui heb je aan.
Die broek vind ik je leuk staan.

2. Benoem wat een **ander goed doet**.
(Dit is een persoonlijke benadering van wat diegene **goed heeft gedaan**.)

Bijvoorbeeld: Jij hebt je goed aan je afspraak gehouden.
Fijn dat je op tijd thuis bent.
Goed dat je je huiswerk hebt gemaakt.

3. Omschrijf eens **wat je van de ander vindt**.

Bijvoorbeeld: Ik vind je een bijzonder mens omdat je zo vrolijk bent.
Ik ben blij met je omdat je zo betrokken bent.
Ik ben graag bij je in de buurt, dat geeft rust.

4. Spreek uit wat je vindt dat **de ander goed kan, een kwaliteit**.

Bijvoorbeeld: Je bent humoristisch.
Je bent een moedig persoon.
Ik vind je echt heel spontaan.

5. **Geef je waardering** voor een ander.

Bijvoorbeeld: Ik waardeer het dat je altijd voor me klaar staat.
Ik ben blij met je oprechtheid naar mij toe.
De rust die je uitstraalt doet me goed.

6. **Bedank mensen** regelmatig en persoonlijk.

Nota Bene: Bedank zonder extra informatie.
(Kan wel, hoeft niet)

Bijvoorbeeld: "Bedankt dat je mijn trui zo mooi vindt".
En niet erachteraan zeggen:
"Hij kostte maar een tientje in de uitverkoop."

7. Wat dacht je van de vele **complimenten zonder woorden**?

Bijvoorbeeld: knipoog; schouderklopje; opgestoken duim; glimlach..

