



MEER COMPLIMENTEN GRAAG

FOTOGRAFIE: ODETTIE BEEKMANS

CO
LUM
N

Niets zo stimulerend als een complimentje. Privé, maar ook zakelijk. Alleen jammer dat het zo weinig voorkomt. Gek, want een compliment is zo gemaakt. Toch vinden veel mensen het moeilijk om hun waardering te laten blijken. Er zijn diverse redenen waarom mensen er zuinig mee zijn. Het zit ten eerste in onze cultuur. Daarin zijn we gewend om kritiek te krijgen. Logisch, dat je je dan niet snel geroepen voelt om een compliment te geven. Verder hebben nogal wat mensen een negatief zelfbeeld. Ze zijn blind voor hun eigen successen. Daardoor zien ze die van anderen meestal ook niet. Maar zodra iemand een fout maakt of zich vergist, zijn ze er als de kippen bij met commentaar.

Zelfs bij knappe prestaties, duikt kritiek op. Jammer van dat tegendoelpunt in die gewonnen wedstrijd. Mooi rapportcijfer, maar wat heb je fout gedaan?

MEER WAARDERING

De kleine moeite van een compliment is dus vaak een onmogelijke taak. Toch is het niet zo ingewikkeld. Mits je met een open blik naar andere mensen kijkt. Bestudeer eens rustig wat ze kunnen en doen. Als je daar bewondering voor hebt, zeg dat dan. Je zult versteld staan van de effecten. Je krijgt er veel voor terug. Zoals een prettige(re) relatie, een gezellige(re) sfeer en ... meer waardering.

Dat ondervond ook Peter (manager) bij zijn directeur John (fictieve namen). De medewerkers waren bang voor John. Maar hij deed zijn werk prima. Zijn motto: goed kan altijd beter. In de omgang was hij direct, tot op het botte af. Peter moest met John talrijke projecten draaien.

Daar zag hij steeds meer tegenop omdat hij het nooit goed kon doen.

“Heb je in een project inhoudelijk wat aan John?”, vroeg ik Peter.

“Jazeker”, antwoordde hij. “John is super in zijn vak.” “Heb je ‘m dat dan wel eens gezegd?”

Toen Peter me wat glazig aankeek, vervolgde ik: “Probeer dat de volgende keer dan maar eens.

Tenminste, alleen als je het echt meent. Hij zal het zeker op prijs stellen. Want big bosses krijgen nauwelijks complimenten en meestal kritiek.”

Enkele weken later zag ik Peter weer. “En?”

Hij stak zijn duim omhoog: “John kreeg bijna tranen in zijn ogen. Totaal onverwacht. Sindsdien werken we een stuk beter samen.”

GENIET ERVAN

Het voorbeeld laat zien dat iedereen wel een mentaal steuntje in de rug kan gebruiken.

Samenleven of samenwerken zonder waardering is gewoon een kwelling. Kom op dus met dat compliment.

Over het opgeloste probleem, het lekkere gerecht of een slim idee. Of over dat leuke jasje, de kleurrijke tuin of de nieuwe auto.

Gooi die rem van je af. Denk niet teveel na over wat de ander van jouw compliment zal vinden.

Het is namelijk altijd welkom.

En krijg je zelf een compliment? Wees dan niet verlegen en maak je prestaties zeker niet klein.

Bedank de gever en geniet ervan. Want een compliment is waardevoller dan een duur cadeau.

Suzanne Beyer-van Griensven
is mental coach en trainer.

www.suzatrainingencoaching.nl

www.topsportcoach.nl