

‘Wat heb je toch een En nog 14 complimenten voor je kind

Over het aantal zijn de deskundigen het niet helemaal eens. Moeten we onze kinderen nou vijf of tien complimenten per dag geven? Feit: complimenten geven aan je kind is belangrijk. Het motiveert en zorgt voor zelfvertrouwen. Aan de slag dus met die complimenten. Doe hier inspiratie op en lees wat je kind eraan heeft.

‘Sem, wat kun jij goed luisteren!’

‘Heb jij ál je speelgoed al opgeruimd, Saar? Fijn.’

‘Is deze tekening voor oma? Prachtig gedaan.’

Thumbs up.
High five.
Aai over de bol.
Knipoog of glimlach.
Zwaaien.
Klappen. Handkus.

‘Sem, wat kun jij goed luisteren!’ Benoem het gedrag dat jouw normen en waarden weerspiegelt. Dat hoeft echt niet continu, maar kies die eigenschappen die jij als ouder hoog in het vaandel hebt staan.

‘Heb jij ál je speelgoed al opgeruimd, Saar? Fijn.’

Benoem positief gedrag, maar laat een compliment nooit volgen door een negatieve opmerking als: ‘Waarom moest ik er gisteren drie keer om zeuren?’ Daarmee doe je het positieve effect van je pluim teniet.

‘Is deze tekening voor oma? Prachtig gedaan.’ Uiteraard moet elke prestatie die wordt geleverd (een toren gebouwd, beker op tafel gezet, pop in bad gedaan) worden bewonderd. Geef je kind eventueel een extra beloning met een aai, kus, knuffel of schouderklopje.

Thumbs up. High five. Aai over de bol. Knipoog of glimlach. Zwaaien. Klappen. Handkus.

Het zijn complimenten zonder woorden. Geschikt om op afstand een pluim uit te delen. Omdat jouw kind zijn auto deelt in de speeltuin of nét niet die emmer zand over zijn of haar eigen hoofd gooit.

‘Lukt het niet je schoenen aan te trekken? Geeft niets, je hebt je best gedaan.’ Vertel welk gedrag je waardeert en waarom je dat doet. Ook al is zijn of haar luier niet droog gebleven en zit je kind met twee benen in de pijp van zijn of haar broek: prijs de inspanning.

‘Lieverd, ik ben zo blij dat ik jouw mama ben.’ Spreek je waardering uit, gewoon over het feit dat je dochter of zoon deel uitmaakt van de familie. Kinderen hebben het nodig te horen dat ze gewaardeerd worden, om het simpele feit dat ze bestaan.

lieve lach!’

‘Lars, knap van je dat je je broertje de Lego geeft waar jullie ruzie om hadden.’

Met dit compliment vertel je precies welk gedrag je van welk kind apprecieert. Doe het niet de das om door in dezelfde zin te verzuichten: ‘Waarom kun jij, Finn, nooit zo lief zijn als Lars?’ Vergelijk prestaties alleen met eerder gedrag: ‘Je eet nu veel netter je bord leeg dan gisteren.’

‘Natuurlijk kun jij papa helpen met het afruimen van de tafel.’

Nu complimenten geven over huishoudelijke klusjes, maakt dat je er later profijt van hebt bij je puberzoon- of dochter. Steek dus gerust de loftrumpet over het feit dat kleine Lisa haar schoenen netjes onder de kapstok zet.

‘Dat rode Cars-shirt op die groene broek, met gele sokken? Lijkt me prachtig, Max.’ Ook al is het niet jouw idee over wat stylish verantwoord is, laat je kind zijn of haar eigen stijl kiezen. En ach, voor een dagje crèche of ochtendje peuterspeelzaal voldoet het color blocking-setje prima.

‘Goh oma, Puck heeft zo goed op haar broertje gepast, toen ik net de was ophing.’ Het zogenaamde omgekeerde roddel-compliment. Jij belt met oma en vertelt haar deze ‘roddel’ over je dochter, maar het is absoluut voor Pucks oren bedoeld. Zij zal ervan stralen.

‘Deze tekening heb je mooi gekleurd, Sietse. Wat is jouw geheim?’ Het vraagcompliment is vaak nog een effectievere manier om een gevoel van trots op te roepen dan bij een rechtstreekse pluim. Het helpt je kind zich trots te voelen over iets wat hij of zij heeft gemaakt. Noem je kind ook bij zijn of haar naam en vertel hoe je zijn of haar eerlijkheid, vriendelijkheid en betrouwbaarheid waardeert. >

‘Lukt het niet? Geeft niks, je hebt je best gedaan.’

‘Lieverd, ik ben zo blij dat ik jouw mama ben.’

‘Lars, knap van je dat je je broertje de Lego geeft waar jullie ruzie om hadden.’

‘Natuurlijk kun jij papa helpen met het afruimen van de tafel.’

‘Dat rode Cars-shirt op die groene broek, met gele sokken? Lijkt me prachtig, Max.’

‘Goh oma, Puck heeft zo goed op haar broertje gepast, toen ik net de was ophing.’

‘Deze tekening heb je mooi gekleurd, Sietse. Wat is jouw geheim?’

'Fijn dat je niet bent weggerend in de Albert Heijn en mama keurig een handje gaf.'

'Wat heb je toch een lieve lach/ mooie sproetjes/ lekker bekkie'

'Zeg Benthe, wat zie ik nu? Heb je op het potje geplast? Je bent een grote meid!'

'Wat is Fleur toch een lief vriendinnetje van je.'

'Fijn dat je niet bent weggerend in de Albert Heijn en mama keurig een handje gaf.' Spreek je waardering uit als jouw kind netjes gehoorzaamt. Vaak ben je zo gefixeerd op het negatieve gedrag: zeuren om een ijsje, scènes maken tijdens het bellen, midden in het gangpad van de supermarkt liggen, terwijl het effectiever is positief gedrag te belonen: 'Ik ben trots op je.'

'Wat heb je toch een lieve lach/ mooie sproetjes/ lekker bekkie.' Negatieve opmerkingen over het uiterlijk, zeker van ouders, kunnen diepe wonden achterlaten bij een kind. Helaas werkt het andersom niet zo dat jouw kind een perfect zelfbeeld krijgt van gul gegeven complimenten over het uiterlijk. Wat wél effectief werkt, is als je iets bekrachtigt van het uiterlijk, waar je kind zelf trots op is. Is hij blij met z'n mooie stekeltjes, sproetjes, of kleur ogen? Jij natuurlijk ook!

'Zeg Benthe, wat zie ik nu? Heb je op het potje geplast? Je bent een grote meid!' Elke nieuw aangeleerde vaardigheid (zelf brood eten, sokken aantrekken, op de driewieler fietsen) verdient een bemoedigend woord. Het nodigt uit tot verdere oefening.

'Wat is Fleur toch een lief vriendinnetje van je.' Ook al kun je bij een dreumes of peuter nog niet echt van vrienden spreken, een compliment over de keuze voor een speelgenootje geeft een kind sociaal zelfvertrouwen. Het is vooral een pluim voor de langere termijn.

Antigeluid

Af en toe duiken er andere geluiden op: dat we onze kinderen overspoelen met complimenten en dat het daarom verwerd, gemakzuchtige monster-tjes worden. Eigenlijk geldt dat alleen voor loze complimenten, waarbij je de hele dag en bij werkelijk alles roept hoe goed jouw kind het doet. Complimenten houden hun waarde als je aan vier regels houdt: wees specifiek, kort en oprecht en wissel ze af. Volgens kinderpsycholoog Ben Furman, auteur van het boek 'Ik ben trots op je' is het geven van positieve feedback het meest effectieve middel dat we als volwassenen in handen hebben om het gedrag van kinderen te beïnvloeden. Onthoud ook Moeder Theresa's wijze woorden: 'Er is in deze wereld meer honger naar liefde en waardering, dan naar brood.' ■

Tekst: Joan Makenbach/ Illustraties: Stock/ M.m.v. Sonja Borgsteede, Buro Bloe!

'Houd je bij complimenten geven aan vier regels: wees specifiek, kort en oprecht en wissel ze af'