

Gezellig  
Handig  
Vrolijk  
Netjes  
Zelfstandig  
Gul  
Oordelijk  
Stoer  
Precies  
Zorgzaam  
Creatief  
Mijn dochter is  
Avontuurlijk  
Lief  
Ijverig  
Nieuwsgierig  
Tevreden  
Slim  
Enthousiast



## Complimentjes geven doe je zó!

Zeven tips van Elisabeth van Seventer

1. Prijs de inspanning, niet het intellect of het resultaat ('Knap dat je het blijft proberen');
2. Wees eerlijk en 'op maat' ('Wat heb je je kamer goed opgeruimd');
3. Maak geen onderlinge vergelijking tussen kinderen;
4. Hanteer de ik-vorm. Dat maakt je pluim persoonlijk;
5. Ondersteun je compliment met enthousiasme en trotse lichaamstaal;
6. Overdrijf niet. Dan devalueert je schouderklopje;
7. Verbind geen maren aan je compliment (Dus niet: 'Goed opgeruimd. Maar voortaan graag sneller').

'Als ik iets goeds zie, geef ik een compliment. Als ik iets fouts zie, bied ik mijn hulp aan,' zei Nelson Mandela ooit. Maar hoe snel mopper je niet als bijvoorbeeld je dochter een zootje van haar kamer maakt? Tijdens de komende Eva Moeder-dochterdag gaat het daarom niet voor niets over de kracht van mooie woorden.

Onder elk mailtje dat ze stuurt, staat het: 'Gezonde woorden zijn als een boom van leven' (Spreuken 15:4). Het is niet verwonderlijk dat Elisabeth van Seventer-Timman op 28 september spreekt tijdens – de uitverkochte – Moeder-Dochterdag van Eva. 'Ik ben razend enthousiast over dit thema,' steekt ze energiek van wal. 'Door mijn ervaring in het onderwijs en als moeder van twee kinderen weet ik hoe belangrijk het is om 'mooie woorden' uit te spreken. Het is echt mijn missie om moeders en dochters op de Eva-dag hiervan te overtuigen, zodat ze op hun plek komen.'

### Cynische ondertoon

Toch zijn we er als Nederlanders helemaal niet zo goed in, vindt Elisabeth. Onze calvinistische cultuur van 'Doe maar gewoon, dan doe je al gek genoeg' is voor veel mensen een belemmering om mooie woorden uit te spreken. 'Amerikanen kunnen heel uitbundig naar elkaar kunnen zijn. Wij vinden dat nep en houden dus liever onze mond, of geven hooguit een cynisch compliment. Toch denk ik dat we niet snel genoeg de loftrou-

## Elisabeths uitdaging

Drie opdrachten voor moeders van dochters

1. Schrijf deze week een 'liefdesbrief' aan je dochter, waarin je je goede herinneringen aan haar opschrijft. Beschrijf leuke, mooie dingen die je opvallen aan je kind.
2. Zeg de komende tijd heel bewust dat je van je dochter houdt als zij zich slecht gedraagt.
3. Vraag je dochter eens om tips voor de opvoeding. Dus vraag haar wat zij anders zou doen als zij moeder was. Vraag ook wat ze juist goed vindt gaan!



Ilse Mees: "Mijn moeder is mijn beste vriendin."

Jacqueline Kok-Molengraaf: "Mijn moeder was mijn voorbeeld in geloof. Tot het laatst kon ze op Hem vertrouwen en ze is in Jezus gestorven."

Jacolien, Kirsten en Marjet over hun moeder Roelien Lalkens: "Onze moeder is een zelfstandige, verantwoordelijke en creatieve moeder. Ze heeft ons bijna alleen opgevoed, maar met een super kracht. Ze is nooit boos, is geduldig en heeft altijd een lach!"

pet over de ander steken, zeker niet over kinderen."

Maar hoe voorkom je dat kinderen over het paard getild worden door al die mooie woorden? "Dat gevaar zit erin, al moet je dit niet overdrijven. Sterker nog, ik denk dat een welgemeend compliment vooral veel zegen kan uitwerken in het leven van je kind. Het voelt zich namelijk door jou gezien, gekend en gewaardeerd."

### Gratis poster

Maak kans op een van de vijf A3-posters met '101 manieren om je kind te prijzen'. Stuur vóór 14 oktober een mail naar [Visie@eo.nl](mailto:Visie@eo.nl) met jouw mooie woorden over je dochter of moeder.

### Unieke blauwdruk

Is er nog wel ruimte om je kind de waarheid te zeggen? "Absoluut! Ik denk dat ik best wel een strenge moeder ben. Het is heel belangrijk om verkeerd gedrag te benoemen en het samen recht te zetten. Vergeet alleen niet om een perspectief van hoop aan je 'kritiek' te verbinden. Bespreek – op een rustig moment – wat er niet goed is gegaan, maar vergeet niet te benoemen wat wél goed ging en welke bijzondere eigenschappen je bij je kind ziet. Om dit laatste te ontdekken, moet je als moeder observeren, tijd investeren en erachter komen wat de unieke blauwdruk van jouw kind is. Complimentjes over een goede cijferlijst zijn prima, maar ook wel makkelijk. Ik probeer mensen juist te overtuigen dat dit nog een laag dieper kan. Ieder kind verdient namelijk een eigen aanpak en dat vergt iets van je als ouder."



Elisabeth van Seventer is oprichter van het coachings- en trainingsbureau Jij bent Uniek. Zij heeft veel ervaring opgedaan als leerkracht en directeur van een multiculturele basisschool in Amsterdam. Elisabeth geeft workshops en trainingen door het hele land op scholen en aan schoolteams, opvoeders en bedrijven. [jijbentuniek.com](http://jijbentuniek.com)

### The Voice of Holland

Die overtuiging baseert Elisabeth onder andere op Spreuken 22:6, waar staat: 'Onderricht de knaap, hoe zijn weg dient te zijn, en zelfs in zijn ouderdom wijkt hij er niet van af.' "Tegenwoordig draait het heel erg om succesvol zijn. Kijk maar naar al die talentshows op tv. Iedereen wil beroemd worden! Natuurlijk heeft dit leuke kanten, terwijl dit ook een enorme druk op tienermeiden kan leggen en tot een wel erg eenzijdig leven kan leiden. Ik geloof namelijk dat het uiteindelijke doel van je leven is om met heel je persoonlijkheid en al je kwaliteiten iets moois te doen voor de ander. Wat zou het bijzonder zijn als moeders hun dochters daarin bij de hand nemen, terwijl ze ook samen kunnen genieten van een avondje The Voice of Holland. Daarom wil ik het wel van de daken schreeuwen: 'Moeders, bevestig je dochters – en zonen natuurlijk – niet om wat ze doen, maar om wie ze zijn! Dat vergeten ze de rest van hun leven niet meer en geeft ze richting.'

## 'Trotser dan de trotste moeder'

"Mooie woorden over mijn dochter? Ze is stoer, lief, inlevend, intelligent en dapper," zegt Yvonne Lammers over haar dochter Merel van g. "Ik ben trotser dan de trotste moeder op de wereld." Merel heeft namelijk al veel meegemaakt in haar leven. Zo belandde ze op haar 4 met vervelende darmproblemen in het ziekenhuis en werd er een jaar later epilepsie bij haar geconstateerd. "Kort na haar 8' verjaardag kreeg ze ook nog de diagnose PDD-NOS en sinds een maand weten we dat ze ADD heeft. Maar ondanks alles heeft Merel een oprecht geloof in God en draagt ze alles zo bijzonder goed. Op school doet ze het ook super! Als moeder kan ik toch niet meer dan super trots op haar zijn?"