



# De complimentengids

Maak werk van  
complimenten en boost  
het werkplezier van  
je mensen (en jezelf)!

Ga met deze tips  
zelf aan de slag!

# Complimenten, jouw troef in de War for Talent

Het is geen geheim, al jaren doen we bij Tempo-Team onderzoek naar werkplezier onder werkgevers én werknemers. En wat blijkt?

**Medewerkers met een gezonde dosis werkplezier zijn gemotiveerder, productiever, verzuimen minder en blijven langer in dienst.** Net wat je nodig hebt in de War for Talent.

Wat er dan zoal bijdraagt aan dat werkplezier? Waardering en erkenning in de vorm van complimenten. Uit ons **Red Report** blijkt dat complimenten krijgen, maar ook geven, stimulerend werkt. Ze verhogen niet alleen het werkplezier, maar verlagen ook de werkstress en creëren **verbondenheid**.



verhoogt de  
**collegialiteit**

verhoogt de  
**kwaliteit** van  
het werk

**Wanneer jij en  
je collega's  
complimenten  
geven:**

verbeteren  
**prestaties**

bevordert  
het **retentie**

verlaagt het  
**ziekteverzuim**  
op lange termijn

## Wacht! Is het allemaal zo eenvoudig dan?

Om complimenten te laten werken, is het belangrijk dat het ingebakken raakt in je bedrijfscultuur. Van bij de eerste kennismaking moet je nieuwe collega dit voelen. Neem het dus zeker mee in je onboarding! **Op zoek naar een goede aanpak?**



**Download hier onze  
onboardinggids**

Wist je dat...  
je misschien minder  
complimenten geeft  
dan je denkt?



Volgens ons **RED Report onderzoek** krijgt 28% van de werknemers nooit een compliment van zijn leidinggevende. Eén op de drie werknemers krijgt dus nooit een keer te horen: 'Hey, straf gedaan!' of een ander schouderklopje.

Jammer, want complimenten zijn nochtans dé manier om werkplezier te verhogen en stress te verlagen. Zo'n 17% van de werknemers doet zijn best op het werk in de hoop een compliment te krijgen. Daarbij **telt het compliment van de leidinggevende dubbel**: jobtimisme, motivatie en engagement verzekerd!

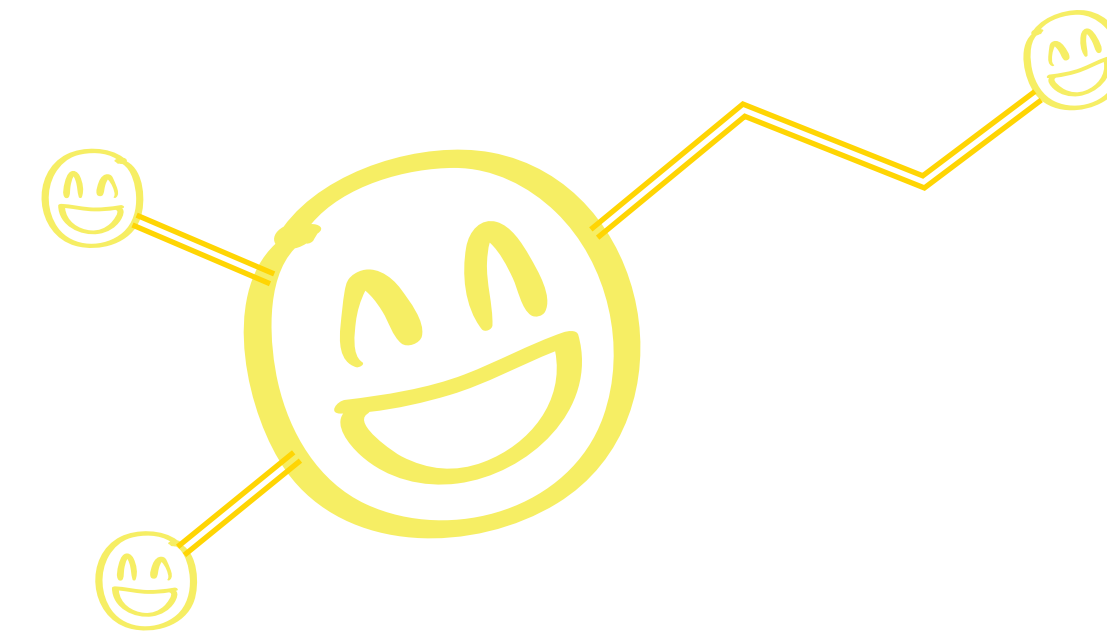
Tijd dus om de complimentencultuur te omarmen. Hoe? Dat lees je verder in deze gids.

Volgens ons RED Report onderzoek krijgen...



# Complimenten als sleutel tot motivatie

“Met de juiste high-quality-motivatie laat je mensen floreren. Ze voelen zich goed, ze zijn betrokken en productief en ze ervaren meer werkplezier. Bovendien staan ze ervoor open om bij te leren en te groeien. Meer high-quality-motivatie betekent ook: **minder negatieve emoties, minder stress en minder burn-out en absentisme**”, zegt [motivatie-expert Hermina Van Coillie](#).



## De ideale dosis dopamine!

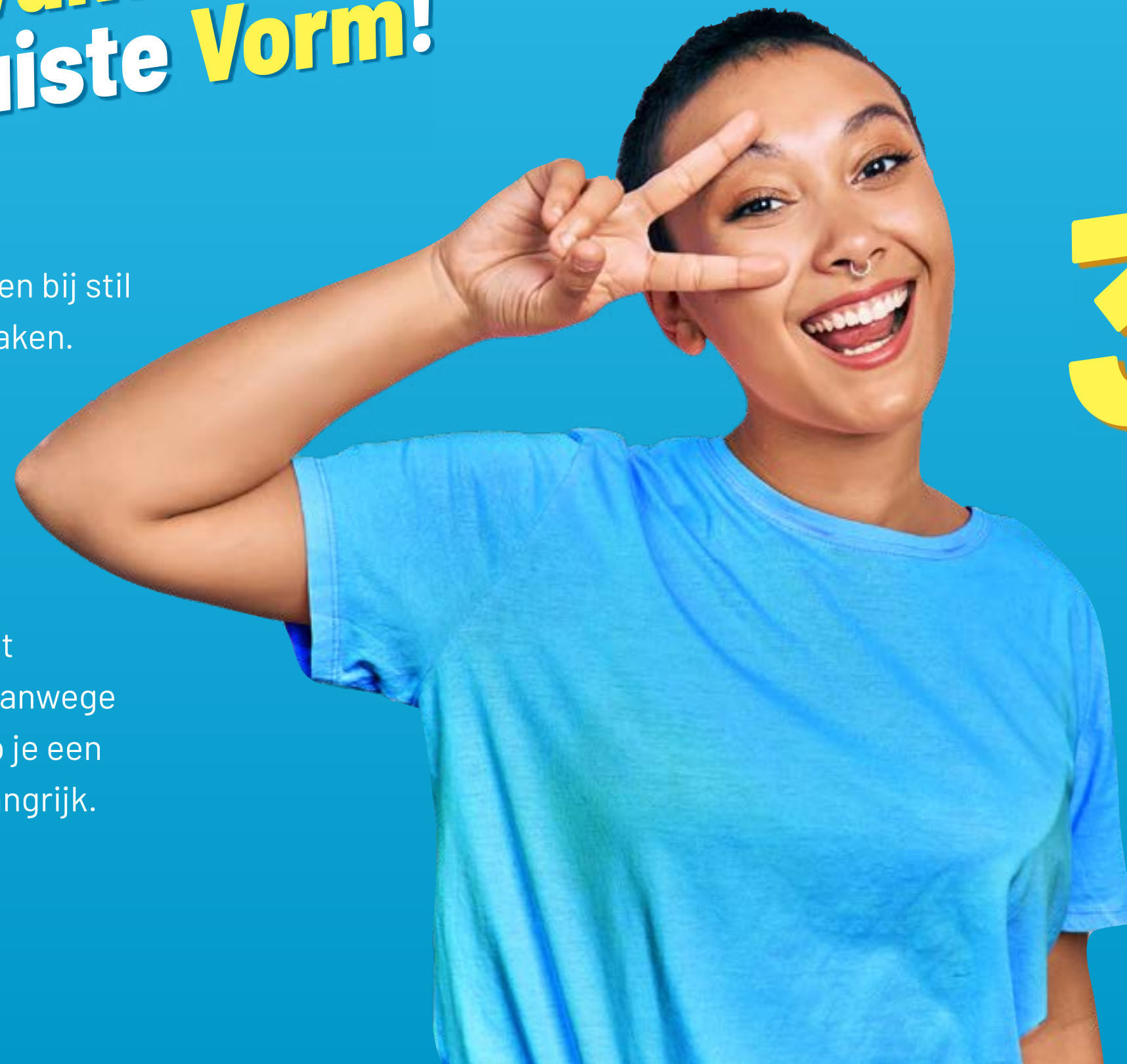
Volgens wetenschappelijk onderzoek maakt een compliment dopamine aan. Dat is een stof in je hersenen met twee leuke effecten: ten eerste krijg je een **gelukkig en vrolijk gevoel**, en ten tweede wil je door dopamine datgene wat het veroorzaakte **herhalen**.

Een compliment krijgen, doet je dus... jawel – beter presteren!

# Zo creëer je impact met je complimenten:

## Doe het **Vaker** en in de juiste **Vorm**!

Misschien sta je er niet meteen bij stil en ben je bezig met andere zaken. Of misschien geef je wel complimenten, maar komen ze niet aan bij de ontvanger. Het kan zijn dat je constant complimenten ligt rond te strooien, maar dat ze niet helemaal aankomen vanwege de inhoud. De manier waarop je een compliment geeft is dus belangrijk.



1

Een complimentenklimaat begint bij jezelf. Wanneer jij er een gewoonte van maakt, wordt het aanstekelijk voor je collega's en gaat de bal aan het rollen. Oefening baart kunst natuurlijk, dus geef jezelf ook tijd om hierin te groeien.

2

Wanneer een directeur binnen een productieomgeving het hele team één keer in het jaar samenroept en ze bedankt voor hun harde werk, denkt hij/zij waarschijnlijk: "Ik ben goed bezig en mijn team kan weer verder." Maar omdat dat compliment niet één op één gegeven wordt, kunnen werknemers dit volledig anders interpreteren.

3

Er zijn dus 2 dingen waar je best op let als je werkplezier wilt verhogen.

- Maak complimenten een vast onderdeel in je bedrijfscultuur.
- Zorg dat een compliment oprecht én persoonlijk is. Zo komt het extra goed binnen.

4

Hoe doe je het dan wel? Zette je werknemer haar beste beentje voor tijdens de drukke eindejaarsperiode? Probeer dan eens: "Bedankt voor je extra inzet, Esra! Zo hielp je mij en je collega's uit de nood." Zo wordt het ineens helemaal anders, niet?

# Vaker: één met je bedrijfscultuur

"Een compliment?  
Da's evident!"

Wil je werkplezier in je organisatie verhogen? Dan is het belangrijk dat complimenten een dagdagelijks ritueel zijn en dat ze onderdeel worden van je feedbackcultuur. Ben je een hele dag druk bezig, dan ontglipt het je misschien wel.



## Concreet:

1

Maak complimenten onderdeel van je **feedbackcultuur**. Spreek je iemand aan rond zijn/haar werk? Denk dan zeker ook aan welke positieve zaken je kan benoemen.

2

Vergeetachtig? Zet **een reminder** in je telefoon zodat je dagelijks herinnerd wordt aan het geven van complimenten.

3

Bouw **een formeel systeem** op om complimenten te geven. Maar 12% van de werknemers zegt dat ze bij hen op de werkvloer zo'n systeem hebben. De moeite om uit te proberen dus!

4

**Je hoeft het niet alleen te doen.** Zo kan je een collega benoemen tot 'complimentenchef'. Twee paar ogen en oren vangen meer op dan maar één.

## Psssst...

Complimenten geven werkt **aanstekelijk**. Door er een gewoonte van te maken, verlaagt de drempel en gaan ook je collega's ze sneller geven. Een plezierig werkklimaat verzekerd dus!

## Elke dag complimentendag!

**1 maart** is traditioneel complimentendag, zonder twijfel een geweldig initiatief.

Maar waarom je beperken tot één dag? Zorg dat het een vast deel wordt van je **dagelijkse routine**.

# Vorm: één met de persoon

"Een oprecht compliment, enkel voor mij"

Hoe zorg je er nu voor dat een compliment zijn effect niet mist? Een goed compliment op het werk geef je over iets waar iemand echt zijn best voor doet. Dus niet (enkel): "Wauw, leuke schoenen." Dat is niet belangrijk op het werk. Als iemand met hart en ziel aan een project werkt en er dagenlang mee bezig is, is het leuk om daarover positieve feedback te krijgen.

## Hoe geef je een oprecht compliment?

1

**Blijf op de hoogte van wat je werknemers doen.** Loop wat vaker rond en sla vaker een babbeltje met iedereen. Zo wordt het makkelijk te weten wat ze doen en wat hen zo bijzonder maakt.

2

**Noem degene die je complimenteert bij naam.** Het is heel belangrijk dat je de naam gebruikt van degene die je aanspreekt.

3

**Wees concreet.** Wil je dat je collega's je waardering ook als waardevol ervaren? Ga niet voor de: "Hey, goed gedaan Laura", maar zeg juist wát iemand zo goed heeft gedaan. "Hé Laura, dat overzicht van het aantal pakjes dat per maand naar buiten gaat, ziet er top uit!"

4

**Maak jezelf er niet te gemakkelijk van af.** Laat zien dat je ook echt meent wat je zegt! Dus niet gewoon even je compliment door de gang roepen, maar doorvragen: "Hey Laura, knap dat overzicht. Hoe ben je daar nu eigenlijk mee begonnen?"

## Wat met digitale feedback?

Wat als je collega's van thuis werken of ze een eind van je weg werken? Ook dan hoeft complimenten geven geen probleem te zijn. Ook via een telefoongesprek, videocall of zelfs een whatsappje kan je positieve feedback geven. Zolang het maar **authentiek en persoonlijk is.**



# En hoe neem je nu zelf complimenten in ontvangst?

Natuurlijk ben jij ook van vlees en bloed en ontvang je graag zelf een complimentje. En je zal zien, wanneer jij werk maakt van een met **complimenten doordrongen bedrijfscultuur**, komen ze snel jouw kant op.

Hoe je deze complimenten in ontvangst neemt en zo het goede voorbeeld geeft? **Simpel: zeg gewoon DANK JE WEL!** Door vrolijk een compliment in ontvangst te nemen, straal je zelfvertrouwen uit. En dat is wat je wil. Leer dit ook aan je medewerkers door ze regelmatig te complimenteren. Zo krijgen ze meer zelfvertrouwen en ervaren ze uiteindelijk meer werkplezier!

**Check hiernaast een paar voorbeelden:**



**“Dat was een knappe presentatie, [naam]!”**

Don't: “Oh, dat was een kleine moeite”

**Do: “Dank je wel, dat is leuk om te horen”**

**“Bedankt dat je me wilde helpen [naam]. Dat was een fijne samenwerking!”**

Don't: “Daar hoef je me niet voor te bedanken hoor.”

**Do: “Dank je wel! Ik vond het ook fijn samenwerken.”**

**“Jij ben echt een krak in wat je doet, [naam]!”**

Don't: 😞

**Do: “Dank je wel. Ik heb er hard voor geleerd.”**



# Complimenten als onderdeel van waardering

'Hey!' of 'Alles goed?' Het is belangrijk om te laten voelen dat je interesse toont. Want waardering is de sleutel tot meer werkplezier. En als je medewerkers zich goed in hun vel voelen, zal je dat merken in hun prestaties. Een schouderklopje nu en dan, doet wonderen. En dat zit hem niet enkel in complimenten!

Lees hier hoe jij voor meer werkplezier zorgt!

## 4 x het effect van waardering op jouw werknemers

- ✓ meer werkplezier
- ✓ meer motivatie
- ✓ gelukkiger
- ✓ productiever

## Waardering integreren in je feedbackcultuur? 5 TIPS!

**1** **"Goeiemorgen iedereen!"** Neem de tijd om je werknemers te begroeten. Een klein gebaar dat een boost geeft aan de erkenning van je medewerkers. Je kan nog een stapje verder gaan en ook momenten inlassen om te checken waar zij zoal mee bezig zijn.

**2** **Maak van je feedback geen soep.** Gooi negatieve en positieve feedback niet op een hoopje. Zorg ervoor dat je feedback altijd in balans is.

**3** **Het is belangrijk om je werknemers perspectief te bieden.** Geef je mensen genoeg waardering zodat ze hun werkplezier niet bij een ander bedrijf gaan zoeken.

**4** **Fluency is een winner** Flexibiliteit op de werkvloer staat hoog op bijna ieders verlanglijstje. Bied het daarom in verschillende vormen aan: deeltijds werk, glijdende uren, tijdskrediet of klein verlet.

**5** **Hoe gaat het écht met jou?** Creëer een bedrijfscultuur waarin welzijn centraal staat en luister naar je collega's. Materiële extralegale voordelen zijn mooi meegenomen, maar als je werknemers zich niet goed voelen, kunnen ze niet hun beste werk neerzetten.

# Compliment? Dit is het moment!

Nu is het aan jou: zorg ervoor dat je complimenten je werknemers enthousiasmeren. Jij kan dat! Blijf strooien met die mooie, fijne, vrolijke, oprechte, persoonlijke en onverwachte complimenten.



Waardering

check,  
check,  
check!

- ✓ Ik kwam binnen met een "Goeiemorgen!"
- ✓ Ik sprak mijn collega's *persoonlijk* aan
- ✓ Ik *gaf* een complimentje (persoonlijk en concreet)
- ✓ Ik *kreeg* zelf ook een complimentje
- ✓ Ik *weet* waar mijn collega's mee bezig zijn

Wil jij ook het  
werkplezier van  
je medewerkers boosten?



Meer inspiratie?



BLOG

Check HR Nieuws op  
[www.tempo-team.be/nl/bedrijven/hr-nieuws](http://www.tempo-team.be/nl/bedrijven/hr-nieuws)

Volg ons op

Tempo-Team Belgium



[www.tempo-team.be](http://www.tempo-team.be)

