



Zet je optimisme aan

Meer plezier, minder stress?
Het kan met een compliment

Dit is PCM

Breng het beste naar boven in iedereen, met PCM

We willen allemaal op een positieve manier met elkaar omgaan. En we willen allemaal het beste uit onszelf en anderen halen. Het goede nieuws is: dat kan. Het Process Communication Model® helpt je begrijpen wat je nodig hebt om op je best te zijn en blijven. Vanuit dat bewustzijn leer je hoe je voorkeuren van anderen herkent, je communicatiestijl daarop aanpast en zo écht contact maakt. Met elk gesprek draag je zo bij aan een wereld waarin verschillen worden gevierd – en benut. Elke dag.

Zo werkt het

Het Process Communication Model® is een unieke tool om jezelf en anderen te ontcijferen, ontwikkeld door klinisch psycholoog dr. Taibi Kahler. Met PCM kun je je eigen gedrag en dat van anderen observeren. Je leert hoe je voorkeuren van anderen herkent, je communicatiestijl daarop aanpast en zo het beste uit elk gesprek haalt. Ons wereldwijde netwerk van ruim 4000 gecertificeerde trainers en coaches helpt mensen om een positieve draai te geven aan gesprekken en situaties. In elke situatie, elke dag weer.

Het complimentenspel is uitgegeven door
Process Communication Nederland.
Bos en Lommerplantsoen 1A, 1055 AA Amsterdam.
www.processcommunicationmodel.nl

Heb je opmerkingen of vragen? Laat het ons weten op
info@pcm nederland.nl

© 2022
Derde druk



The tool to make a daily difference

Handleiding complimentenspel

Gefeliciteerd met het PCM-complimentenspel om jouw coaching, training of bijeenkomsten nog effectiever en actiever te maken! We hebben wat tips voor gebruik op een rij gezet. Heb je nog andere manieren om de kaarten in te zetten? We horen ze graag via info@pcm nederland.nl

Inhoud

- 20 complimentenkaarten per persoonlijkheidstype.
- Per persoonlijkheidstype is er een basisset A van 10 kaarten en een uitbreidingsset B van 10 kaarten.
- Op de kaarten staat met de kleur van onderste blokje aangegeven bij welk persoonlijkheidstype de kwaliteit hoort. Blauw - Gestructureerd denker, Paars - Doorzetter, Oranje - Harmoniser, Beige - Dromer, Geel - Rebel, Rood - Promotor.

Hoe gebruik je het complimentenspel?

Je kunt het spel gebruiken bij individuele coaching, teamcoaching en in je trainingen. Hierbij onze tips voor de inzet van het complimentenspel:

Bij 1 op 1 coaching

- 1. Vergroten zelfinzicht:** Vraag je cliënt minimaal 10 kaarten te kiezen waar hij/zij trots op is. Hoe laat hij/zij dit zien aan zijn omgeving? Hoe verhouden deze kaarten zich tot zijn/haar profiel? Welke conclusie kan de cliënt trekken? (Je kunt hier de relatie leggen met karaktersterkten).
- 2. Vergroten zelfinzicht:** vervolg op oefening 1: kies 5 kaarten uit waar je je op zou willen ontwikkelen. Ook hier kun je de link weer leggen met karaktersterkten die allemaal in zijn/haar persoonlijkheidshuis zitten.
- 3. Vergroten zelfinzicht:** Nodig je cliënt uit om minimaal 5 kaarten uit te kiezen waarvan hij/zij het prettig zou vinden als anderen dit in hem/haar zouden zien of waarderen. Bespreek hoe je cliënt deze kwaliteiten aan de omgeving laat zien? Hoe verhouden deze kaarten zich tot zijn/haar profiel? Welke conclusie kan de cliënt trekken? (Relatie met psychologische behoeften, faseren).



The tool to make a daily difference

4. Omgaan met 'lastige' ander: Vraag je cliënt minimaal 6 kaarten te kiezen die hij herkent bij zijn 'lastige' persoon. En nodig hem/haar uit te kijken in welke situaties deze kwaliteiten waardevol zijn. Hoe kan hij meer gebruik maken van deze kwaliteiten van de ander? Hoe verhouden deze kwaliteiten zich tot zijn eigen persoonlijkheidsprofiel? Wat kan hij doen om de samenwerking te verbeteren? (Relatie psychologische behoeften, motiveren).

5. Omgaan met 'lastige' ander: Vraag cliënt minimaal 6 kaarten te kiezen waar hij/zij zelf trots op is en ook minimaal 6 kaarten waarvan hij/zij denkt dat de ander er trots op is. Leg in twee rijen naast elkaar. Wat valt op? In welke situaties versterken ze elkaar? Wat is de relatie met het profiel van de cliënt? Wat is een aanname over Basis en Fase van de ander? Wat kan je cliënt doen om de samenwerking te verbeteren? (Relatie psychologische behoeften, motiveren, communicatiekanalen en percepties).

2-6 spelers: complimenten delen

Doel van het spel:

- Elkaar (nog) beter leren kennen
- Inzicht in en openheid over elkaars kwaliteiten
- Feedback geven op basis van kwaliteiten.

Elke speler krijgt 6 willekeurige kaarten. De overige kaarten worden omgekeerd op een stapel op tafel gelegd. Als je aan de beurt bent pak je een kaart van de stapel. Je kunt deze kaart voor jezelf houden of open op tafel leggen voor een andere speler bij wie je het compliment goed vindt passen en je vertelt erbij waarom. De kaarten die je bij jezelf vindt passen houd je in je eigen hand. Elke speler mag maximaal 6 kaarten open voor zich hebben liggen en maximaal 6 in eigen hand. Wanneer je een kaart aan een speler wilt geven waar al 6 kaarten liggen, verplaats je 1 kaart naar een andere speler of je pakt hem voor jezelf en geeft een andere kaart weg. Het spel gaat door tot elke speler 6 kaarten voor zich heeft liggen. Leg vervolgens de kaarten die je in je hand hebt open op tafel naast de kaarten die je medespelers aan jou hebben gegeven. Vergelijk de twee rijen.

- Wat valt op?
- Herken je jezelf in de gegeven kaarten?
- Vraag uitleg over situaties waarin de anderen dit bij jou herkennen.
- Herkennen de anderen jou in de kaarten die je voor jezelf hebt gespaard?
- In welke situaties zijn de kwaliteiten waardevol?
- Zijn er kwaliteiten die bij jullie als team oververtegenwoordigd of juist ondervertegenwoordigd zijn? En wat betekent dit voor jullie als team, voor de samenwerking, voor de projecten?
- Welke afspraken kun je maken om nog meer gebruik te maken van elkaars kracht?

2-4 spelers: wat ik graag wil dat jij van mij ziet

Doel van het spel:

- Elkaar (nog) beter leren kennen
- Inzicht in en openheid over elkaars behoeften
- Feedback geven op basis van kwaliteiten.

Verdeel de hele set kaarten willekeurig onder de spelers. Elke speler selecteert 3 kaarten waarvan hij/zij graag wil dat anderen dit in hem waarden, in hem/haar zien. Leg de andere kaarten weg. Wanneer een speler aan de beurt is legt hij zijn kaarten open op tafel en geeft uitleg over de kaarten. De anderen luisteren. Als van elke speler de kaarten op tafel liggen faciliteert de coach het gesprek:

- Wat valt op?
- In welke situaties zijn de gekozen kaarten waardevol?
- Hoe laat je je kwaliteit waarvan je graag wilt dat de ander deze ziet en waardeert, zien aan je collega's?
- Herkennen je collega's deze kwaliteiten? Hebben ze deze kwaliteiten al gezien bij jou? Vraag om feedback/uitleg aan de collega's.
- Hoe zou je ze meer kunnen laten zien?
- In welke projecten, situaties kun je ze goed gebruiken?
- Laat je ze op een +/- manier zien of is er sprake van distress?
- Hoe kunnen jullie als team elkaar battery charges geven?

Grote groepen, complimenten geven:

Doel van het spel:

- Elkaar (nog) beter leren kennen
- Inzicht in en openheid over elkaars kwaliteiten, hoe zijn ze verdeeld?
- Feedback geven op basis van complimenten.

1. Buur-complimenten: Leg alle kaarten open op een grote tafel. Vraag elke deelnemer één kaart te kiezen voor zijn rechter buurman/-vrouw en één kaart voor zijn linker buurman/-vrouw. Ga vervolgens in gesprek in tweetallen:

- Geef de kaart aan de ander. Deze noteert voor zichzelf wat op de kaart staat.
- Geef uitleg waarom je deze kaart gekozen hebt, geef een concreet voorbeeld.
- Geef aan wat je waardevol vindt aan deze kaart, in welke situaties.
- Bespreek na wat is opgevallen, welke eye-openers er zijn.

2. IJsbreker 'Complimenteer-je-suf': Verdeel de kaarten onder de groepsleden, iedereen moet er minimaal 5 hebben. Je mag er maximaal 2 voor jezelf houden, de rest moet je weggeven aan jouw collega's. Vertel erbij waarom je deze kaart aan hem/haar geeft.

Laat iedereen door elkaar lopen, maximaal 15 minuten. Mocht een van de kaarten niet weggegeven kunnen worden, dan kan de speler de kaart met toelichting aan de coach teruggeven. Een mooi moment om door te vragen of de kwaliteit echt niet in het team aanwezig is. Bespreek na: wat heb je gekregen? Welke vond je het meest verrassend?

(Gebruik bij grote groepen twee kaartensets)