

APRECIACIONES SINCERAS

Una de las experiencias formativas que tuve fue el curso de Dale Carnegie acerca de como hablar en público y relaciones humanas. En cada clase nos enfocábamos en un principio de su filosofía: **dar un aprecio sincero y honesto**. Pero dar una apreciación honesta y sincera puede ser una habilidad difícil de dominar.

Un cumplido puede parecer una insinuación de tiempos pasados: "te ves bonita con ese ropa". La otra persona puede pensar "... no como la que tenía ayer?".

Un cumplido puede sonar manipulador: "Realmente haces un excelente trabajo cocinando", puede contener un mensaje oculto de "... creo que puedo dejar de ayudar en la cocina si te digo diciendo lo buena que eres...".

Un cumplido puede sonar demasiado entusiasta y poco sincero. "Wow! Eres el mejor pintor del mundo!".

¿Cómo podemos dar aprecio sincero y honesto? Dale Carnegie sugirió algunas actitudes básicas, por ejemplo:

- Sonreír
- Usar el nombre de esa persona
- Ser un buen oyente
- Hablar en términos de los intereses de la otra persona en lugar de tus propios intereses
- Hacer que la otra persona se sienta importante

Maren Schmidt, an AMI trained elementary teacher, is author of *Understanding Montessori: A Guide for Parents*, and writes the weekly syndicated column, *Kids Talk*. Visit <http://MarenSchmidt.com>.

Podemos hacer un cumplido sincero describiendo en lugar de evaluar...

Evaluar en un elogio es cuando ponemos un valor en algo. "Eso está bonito", "Eres tan bueno haciendo eso...", "Eso está mejor que ayer".

Los **cumplidos descriptivos** en cambio describen lo que ves, lo que sientes y luego, con una palabra, se resume toda la experiencia.

Vamos a usar el ejemplo de una niña limpiando su habitación. Un cumplido descriptivo podría ser así: Describe lo que ves. "Susana, veo todos tus libros en tus estantes. Veo toda tu ropa guardada. Veo que tu cama está limpia". Describe lo que sientes. "Susan, se siente muy bien entrar a una habitación tan organizada." Resumir la experiencia con una palabra. "... veo que trabajaste para que tu habitación se viera así. Susana, eso es lo que yo llamaría persistencia"

Un **cumplido descriptivo** es más efectivo para comunicar que hemos tomado un interés genuino en los esfuerzos de nuestros niños. Sonreír, usar su nombre y hacerlos sentir importantes al resumir la experiencia en una palabra, aportan este gran valor. (P.S. Los cumplidos descriptivos trabajan en la oficina, con los cónyuges y otros miembros de la familia). Cualquiera puede decir "¡Buen trabajo!" pero se necesitan unos minutos de reflexión y de interés genuino para mostrar una apreciación sincera y honesta.