

# STRATEGIE 1: SPREEK DEUGDENTAAL

*We zien de dingen niet zoals ze zijn; we zien ze zoals wij zijn.*  
Anaïs Nin

## Drie elementen van deugdentaal:

Zet je deugdenbril op en kijk (hoor, luister, ervaar) welke deugd er in het gedrag positief uitspringt.

1. een INLEIDING, liefst vanuit 'ik' formuleren;
2. de DEUGD, zo PRECIES mogelijk benoemen;
3. de SITUATIE waarop de deugdenerkenning betrekking heeft toelichten, dus het gedrag waarin je de deugd in die SPECIFIEKE situatie waarnam (hoorde, zag of hebt ervaren).

### INLEIDING

Ik zie in jou  
Ik waardeer je  
Ik ervaar je  
Dat was  
Je liet  
Het was  
Dank je voor je

### DEUGD

enthousiasme  
eerlijkheid  
respect  
moedig  
doelgerichtheid  
vriendelijk van je  
geduld

### SITUATIE

als je vertelt over ...  
in de manier waarop je...  
voor...  
zoals je...  
zien, door...  
toen je...  
tijdens...

4. Benoem het EFFECT van het inzetten van de deugd. Bijvoorbeeld: "Je enthousiasme werkt op mij aanstekelijk"; "Je geduld gaf me de ruimte", "Je moed hielp je over je angst heen."  
(Het vierde element is een Nederlandse toevoeging op Strategie 1)

# Deugdentaal voorbeelden

*Er is altijd sprake van drie elementen bij deugdenerkenningen:*

1. Een inleiding,
2. een deugd,
3. en een toelichting.

**Zo erken je een deugd:**

*"Ik zie je enthousiasme als je vertelt over..."*

*"Het was vriendelijk van je dat je..."*

*"Je liet eerlijkheid zien toen je..."*

*"Dat was moedig van je zoals je..."*

*"Je liet creativiteit zien toen je..."*

*"Jouw vastberadenheid helpt je bij..."*

*"Ik proefde je geduld tijdens..."*

*"Ik voelde je inlevingsvermogen toen..."*

*"Ik zag je dankbaarheid toen je..."*

**Zo kun je deugdentaal gebruiken om te begeleiden:**

*"Terwijl je op je beurt wacht, kun je geduld oefenen."*

*"Wie wil behulpzaam zijn en de deur voor me openhouden?"*

*"Wees alsjeblieft vriendelijk tegen de nieuwe leerling, zodat hij zich welkom voelt."*

*"Wat kan ons helpen om samen te werken?"*

*"Wat is een respectvolle manier om dit te zeggen?"*

*"Wees eens eerlijk: ben je nu trouw aan jezelf of vooral trouw aan de ander?"*

**Zo kun je deugdentaal gebruiken om te bedanken:**

*"Bedankt voor je ordelijkheid zoals je..."*

*"Bedankt voor je zorgzaamheid naar..."*

*"Bedankt dat je de deur voor me openhield, dat was hoffelijkheid!"*