



“Je bent afgevallen, hè. Kijk je wel uit dat je niet te mager wordt?” Dat was alles wat mijn zus zei toen ik na maanden van diëten ein-de-lijk mijn streefgewicht had bereikt,” zegt Cornelia van Wieringen (31) verontwaardigd. “Ik wist niet hoe ik moest reageren, negeerde haar opmerking, maar vanbinnen kóókte ik. Hoezo kon ze niet gewoon zeggen dat ik er goed uitzag? Of gunde ze mij m'n nieuwe figuur niet?” Het zogenaamde onpliment kan het best worden omschreven als een rotopmerking verpakt als compliment. Denk: ‘Dat zwarte jurkje staat je goed! Het kleedt zo lekker af.’ ‘Fijn dat je deze opdracht één keer goed hebt afgerond.’ Of: ‘Je bent veel aardiger dan ik dacht.’ Onplimenten zaaien vertwijfeling, want: zijn ze nu goed bedoeld of juist helemaal niet?

UIT ONZEKERHEID

“Mijn vorige chef was een ster in dat soort opmerkingen,” vertelt Maaike de Loor (29). “Dan zei ze bijvoorbeeld: ‘Wat zie je er goed uit, heb je vandaag make-up op?’ Of: ‘Je zou vaker een wijde broek moeten dragen.’ Dat lijkt misschien onschuldig, maar ik voelde me steeds kleiner worden. Was ik echt zo lelijk zonder mascara? En te dik om strakke jeans te dragen?” Welnee, zegt psycholoog Frederike

Mewe. “Onplimenten hebben vaak niets met dé werkelijkheid te maken, maar alles met de onzekerheid van de ander. Anders dan mannen, die vooral bezig zijn met status en competitie, hechten vrouwen ontzettend veel waarde aan hun plek in de groep: erbij horen en aardig gevonden worden. Is iemand in onze ogen leuker, slimmer, slanker dan wijzelf, dan geeft dat al snel een onbehaaglijk gevoel. Daar willen we vanaf, maar hoe?” Op zulke momenten is het onze natuurlijke reactie om er – al dan niet bewust – voor te zorgen dat de ander iets onder onszelf wordt geplaatst, waardoor er weer een gevoel van gelijkwaardigheid ontstaat. Omdat openlijk uiten wat je voelt het risico geeft dat je onaardig wordt gevonden, doen we dat via een omweg, verpakt in een ‘compliment’. “Maar het kan ook zijn dat het onpliment écht niet rot bedoeld is, maar nogal onhandig gebracht,” zegt Frederike. “Of misschien interpreteer je de boodschap zelf wel te negatief. Zit je niet lekker in je vel, dan denk je al snel: wat een rotopmerking. Maar dat hóéft niet zo te zijn.” Haar advies bij pijnlijke opmerkingen is daarom: vraag naar de betekenis! Frederike: “Als een boodschapper echt slechte bedoelingen heeft, dan zal hij of zij zich ongemakkelijk voelen. Is het com-

HET ONPLIMENT ON'TRAFELD

Er zijn van die opmerkingen waarvan je je afvraagt of ze nu goed bedoeld zijn of juist niet. Die meer op een sneer lijken dan op een pluim. Waarom maken – vooral – vrouwen dit soort ‘onplimenten’?

DE MEEST ERGE ONPLIMENTEN EVER

1. “In deze jeans lijk je best slank.”
2. “Heb je een nieuw vest? Lekker kleurrijk!”
3. “Met dit kapsel vallen je oren veel minder op.”
4. “Fijn dat je tijdens dit project wel efficiënt hebt gewerkt.”
5. “Goh, wat zit je haar toch altijd apart.”
6. “Grappig accent heb jij, kunnen mensen je wel goed verstaan?”
7. “Die paar kilo extra staan je best goed.”
8. “Wat goed dat jij tevreden kunt zijn met wat je hebt.”
9. “Zo zie je maar, echte schoonheid zit vanbinnen.”
10. “Niks mis met je nieuwe huis/kleding/vriend, toch?”
11. “Wat fijn dat je eindelijk een auto hebt. En ach, als ‘ie maar lekker rijdt.”
12. “Wat knap dat jij jezelf altijd op de eerste plaats stelt.”
13. “Je nieuwe vriend is vast heel erg lief.”
14. “Wat goed dat jij je er niet voor schaamt om een uitkering aan te vragen.”

pliment oprecht, dan wordt dat ook snel genoeg duidelijk. Een onpliment kan in die zin een belangrijke functie hebben, namelijk meer openheid. De reden en daadwerkelijke drijfveer komen boven tafel en dit kan jullie werkrelatie of vriendschap alleen maar verrijken.” **G**