

人の才能をほめよう 211



人をほめることが、上手な人がいます。
人をほめることで、ほめられた方は、嬉しくなります。

では、人のどんなことを、ほめればいいのでしょうか。
人は皆、それぞれ違った才能を持っています。
その才能を認め、口に出してほめましょう。

相手のこういった部分は、素晴らしいなと、感じたことをほめましょう。
兎手のこの部分は、自分も見習う必要があるなと、感じたことをほめましょう。

- ☆ 何をするにも、丁寧で素早くできて、凄いです。
- ☆ パソコンのことを、何でも知っていますね。私も見習いたいです。
- ☆ あなたが入れてくれたお茶は、とっても美味しいです。いつもありがとう。
- ☆ さすが部長、会議のまとめ方が上手いです。私も上手になりたいです。
- ☆ ピアノ演奏会で、あなたの演奏に感動しました。また聴かせて下さい。
- ☆ 流行の服を着ていますね。洋服のセンスが素晴らしい。

このように人の才能をほめて、相手の自己重要感を高めてあげましょう。
あなたのほめ言葉が、相手に喜びと感動を与えます。

**恥ずかしいと思わずに、人の才能を見つけ出し、どんどんほめまくりましょう。
あなたの一言で、相手の態度が、ガラリと変わることもあります。**

ほめることで、あなた自身も、温かな気持ちになれることでしょう。



小さなことを何度でもほめよう 368



連合艦隊司令長官の山本五十六の名言を紹介します。

『やってみせ、言って聞かせて、させてみて、ほめてやらねば人は動かじ』

これは、人を育てるために、やり方を示しています。

- 1 自分が手本となり、具体的にやって見せる。
- 2 相手にわかるように、やり方を細かく説明する。
- 3 やらせてみて、できるようになるまで継続させる。
- 4 できるようになったことを、相手が喜ぶようにほめる。

特に感銘を受けるのは、最後にほめるということです。

人は、一回行動を身につけただけでは、その行動を継続するのは、難しいのです。それは、心からの嬉しさや喜びがないからです。

最後に指導者から、ほめてもらうと、天にも昇るような気持ちになります。

ほめることが、指導者と人との人間関係を密にし、行動の継続の意欲になります。

山本五十六長官の指導力と人間性に、頭が下がる思いです。

ほめ上手な人に、故小出義男監督がいます。

監督は、高橋尚子(五輪金メダル)など育てました。

日本の陸上競技界を代表する名伯楽です。

『おまえは、世界一になれる！』

監督は、この言葉を高橋に、365日言い続けました。

高橋は、そのおかげで、「あれ、もしかしたらなれるのかな」とその気になりました。

この言葉は、監督の本気だったのです。

他にも『いいよ。Qちゃん(高橋の愛称)。今日は調子がいいね。』とほめまくりました。

調子が悪い日には、『今日は絶好調だ。タイムはちょっと伸びないけど、走りは完璧だ。こういう走りの後はぐーんと伸びるんだ。今は力をためる時期なんだ。うん、いいよ。』ともっとほめました。

監督からのほめ言葉のおかげで、高橋は、苦しくても諦めず、自分にできると思い努力を重ね、本当に金メダルを取ることができました。

金メダルを取ったあとも監督は、『高橋は、もっと伸びる選手ですよ。必ず、ここ一～二年の間に、大記録をモノにしますよ。だって、高橋は、すごい選手だもの。なにしろ、あの子はかけこが三度の飯より好きなんだ。走るために生まれてきたような子なんだ。』と、いろんな所で、ことあるごとに言っています。

人のいいところを、見つけましょう。

どんな小さなことでも、いいのです。

大切なのは、何度でも言い続けることです。

そして、人を大きく育てましょう。

人間性をほめよう 608



知り合いの家をはじめて訪問して、玄関に入った時に、ほめるとしたらなんと言ってほめますか。

- 1 玄関の作りが立派で素晴らしいですね。
- 2 玄関がきれいで、よく整理ができていますね。
- 3 玄関が清潔に感じられて、ここに住んでいる人の清潔感と思いやりの心が、伝わってきますね。

- 1は、玄関の作り(物)をほめています。
2は、きれいと整理(状態)をほめています。
3は、清潔(状態)をもとに、清潔感と思いやり(住んでいる人の人間性)をほめています。

多くの方は、物・状態・仕事などをほめますが、「その人そのものをほめる」ことが、はるかに尊く、喜ばれるのです。

知り合いの方は、清潔感と思いやりをほめられると、自分を認めてもらえた喜びを感じるだけでなく、その人の自信にもなります。

さらには、訪問してほめてくれた人に対して、信頼の気持ちが高まります。

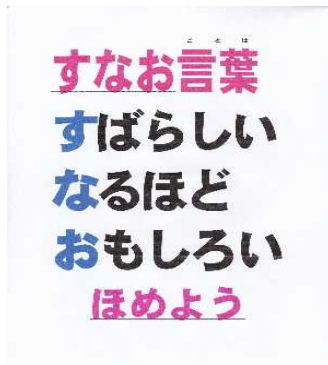
上司に自分の企画を提案し、何度も書き直して完成させた人には、「本当に粘り強くて、意志の強い人ですね」と人間性をほめると、さらに達成感が高まることでしょう。

- ☆「あなたのセンスが、いいですね」
- ☆「あなたがいると、周りが明るくなりますね」
- ☆「誰からも信頼される人ですね」
- ☆「人の心の痛みがわかる優しい人ですね」
- ☆「細やかな気配りが、できる人ですね」

このように、積極的に人間性をほめるようにしましょう。
人間性をほめることで、言った自分の人間性も高まるのです。



「すなお言葉」で人の話をほめよう 613



相手が話をする時に、しっかり話をうなずきながら聞くことで、相手から大変喜ばれます。うなずくこと以外に、もう一つもっと喜ばれることがあります。

それは、人の話をほめることです。
話す人は、自分の話を一生懸命に話します。

そんな時に、話を聞いた人が、その話をほめてくれると嬉しくてたまらなくなるのです。ほめてもらったことで、ますます話を積極的にしてくれます。

話をたくさんすることで、話をする人の気分がよくなり、満足感が高まります。話を聞く相手が、ほめてくれたことで、自分の話を十分理解したことがわかり、お互いの信頼度が高まるのです。

無理してほめる必要はありませんが、できるだけほめる所を見つけて、ほめるようにしましょう。ほめることを見つけ出して、口に出してほめることは、自分を人間的に大きく成長させることでもあるのです。

そのためには、「すなお言葉」でほめることをおすすめします。

す…すばらしい
な…なるほど
お…おもしろい

例えば海外旅行に行った人から、旅行で経験したことの話を聞いた時は、次の様にほめるといいと思います。

- ☆「私たちには経験できないような、すばらしい経験をされましたね。」
- ☆「なるほど話がリアルで、よく分かりました。」
- ☆「たくさんの貴重な体験で、大変おもしろいと思いました。」

このように、話を聞きながら、「すばらしい」「なるほど」「おもしろい」と適宜ほめるといいでしょう。

話をほめることは、相手を敬い愛することなのです。
どんな話にも、しっかりと耳を傾け、「すなお言葉」で、心から素直にほめることができる人になりたいものです。

ほめ言葉は幸せを呼ぶ 669



人に足りないものがあります。
それは、多くの人をほめる努力をしようとしません。

人は、自分のことを他の人からほめられると、嬉しいのです。
ほめられると充実感を感じ、やる気が出てきます。

- ☆あなたは、凄く早く仕事ができ、素晴らしい。
- ☆あなたの話を聞いて、人が知らないことを詳しく知っていて、なるほどと感心しました。
- ☆あなたのプレゼンは、工夫がたくさんあり、内容も面白いと思いました。

このようにほめられると、幸せな気分になります。
ここで、「クマにねぐらを作らせたキツネ(ヨーロッパの昔話)」を紹介します。

ある森に住むキツネが、友人のクマにこういいました。
「キミはいつ見ても本当に強そうだね。この森の中で一番、力が強くて、立派なんじゃないかな。
きっと、こここの土なんか、すぐに掘ってしまうだろうね」

キツネからほめられて気を良くしたクマは、自分の力を示そうと、キツネが指した場所の土を勢いよく掘ってみせました。
すると、キツネはさらにこういいました。
「やっぱりキミはすごいや。あっという間にこんなに掘ってしまったんだから。この森でキミに勝てる者なんかいないよ」

それを聞いたクマは、ますます上機嫌になり、土を掘り続けると、そこには立派なほら穴ができました。
翌日、キツネはそのほら穴に引っ越してきて、自分の家族にこういったのです。
「ごらん。あっという間に新しい家が見つかっただろう」

「ブタもおだてれば木に登る」という格言がありますが、この物語はさしずめ、「クマもおだてれば穴を掘る」といったところでしょう。
ほめ言葉の効用で、クマは自己重要感が高まったのです。

ほめられることによって、「他人より上でありたい」「相手よりも自分の方が優れていたい」「その場で重要な存在でありたい」という欲求が満たされるため、ある種の優越感に浸ることができるのです。

もっと人をほめる努力をして、多くの幸せを呼ぶことができるようになりましょう。
ほめることで、みんなを幸せにすることができるのです。

「かきくけこ」で上手にほめよう 670



ある心理学者が、1万人のアメリカ人を対象に、分析・検証したところ、なんと相手の外見や身だしなみよりも、自分のことをほめてくれる人に、真っ先に反応を示すことが判明しました。つまり、ほめてくれた人に対して、好感を抱くということです。ほめられることで、お互いの人間関係が良好になるのです。

- 夫婦においては、お互いをほめ合う夫婦は、とても仲がいいのです。
- 会社においては、ほめ言葉がよく聞ける職場は、人間関係が上手くいっているのです。
- 婚活パーティーにおいては、自分をほめてくれた人が気になります。

ほめることで、お互いの距離感が縮まり、何でも話せる好意的な人間関係になるのです。そこで、ほめる時は、「か・き・く・け・こ」でほめるようにしましょう。

☆ か・・・簡単にほめる

こちらの意図が相手にも的確に伝わるように、簡潔にほめましょう
「イギリスに留学しただけあって、さすがに英語が流暢ですね」

☆ き・・・キチンとほめる

明確に、具体的にほめましょう
「あなたの作る料理は、あっさりしていて、日本人の口にとっても合いますね」

☆ く・・・繰り返しほめる

1回だけでなく、何度も口にしてほめましょう
「丁寧な仕事ぶりで、素晴らしいと感じました」と機会を見て、何回もほめます

☆ け・・・謙虚な姿勢を打ち出す

謙虚な言葉をさりげなく言ってほめましょう
「私もあなたを見習いたいです」「ものすごく参考になります」

☆ こ・・・請う

教えるを請うことでほめましょう
「どうすれば、あなたみたいに話が上手になりますか」「ゴルフが上達する方法を教えてくださいませんか」

このように「か・き・く・け・こ」で、人をほめようになれば、誰だってあなたに好感をいだくようになります。

ほめることは、あなたの運命好転のサポーターになるのです。



相手のお気に入りを入りをズバリほめよう 814



大変嬉しいことが、ありました。
それは、ブログ集をプレゼントした人から、お礼の手紙が、届いたことです。

お礼の手紙には、「ブログ集のどのページにも、前向きなパワーが溢れ、幸せな気持ちになりました。」などの内容で、ブログ集を絶賛するようなことが、書かれていました。毎日ブログを、公開している自分にとっては、天にもものぼるような、最高のありがたいほめ言葉でした。

ここで、江戸幕府最後の将軍・徳川慶喜（よしのぶ）の話を、紹介します。

徳川慶喜は、大政奉還のあと、自ら謹慎を申し出ましたが、明治になってから謹慎処分をとかれ、晩年は東京の巣鴨に、移り住みました。
そんなあるとき、慶喜の邸宅に、勝海舟をはじめとする旧幕臣たちが、訪ねてきたことがありました。

一人は、慶喜の邸宅を見て、「立派なお屋敷ですね」と、ほめました。
一人は、室内にある調度品を見て、「ものすごく豪華ですね」と、ほめました。

これに対し、勝海舟は、こんなほめ言葉を、口にしました。
「机の上に置かれてあるこの写真は、慶喜様が撮られたのですか。なかなかの腕前で、ございますね」
慶喜は、途端に機嫌がよくなり、海舟に対して終始、笑顔を絶やしませんでした。

これは、どうしてでしょうか。
実を言うと、慶喜が写真撮影を趣味としていて、それを唯一の楽しみに、していたのです。それをほめられたことで、「自分は重要な存在でありたい」「他人から尊敬されたい、認められたい」という、自己重要感の欲求が、満たされたからです。

イギリスの物理学者、ニュートンは、次の名言を残しています。

**相手がお気に入りの事柄をほめれば、
たちまち好感を持ってくれる。**

この言葉のように、相手のお気に入りを、ズバリほめることが、効果的なのです。
お気に入りは、人によって違います。
地位や肩書き、趣味や家族、仕事ぶりかもしれません。

**相手のお気に入りが、何かを見抜き、ズバリほめましょう。
ほめると相手は、大変満足し、その人を好きになることでしよう。**