



暦の上では秋ですが、まだまだ暑い日が続いています。今年の8月、9月はオリンピック・パラリンピックがリオデジャネイロで開催され、熱い声援が送られています。4年後、東京で開かれるとき、今年生まれたばかりの赤ちゃんが4歳となっています。

子どもも大人もどんなふう to 成長しているか考えるとワクワクします。



「ほめ言葉」の効果

(《いいことがいっぱい起きる「ほめ言葉」ブック》平木典子著)より

大人も子どもも関係なく、人からほめられると嬉しいものです。ほめられて、得意になっている子どもの顔から満面の笑みがこぼれます。ほめ言葉は心をほぐし、気持ちを和らげ、元気をつけてくれる心の潤滑油です。ほめ言葉には、積極的な思いが込められており、ほめ言葉を発した人の好意や関心、そして、その人のプラスの心の動きが伝わってきます。

そんな言葉には、「いいな」「好きだな」「すごい」といった感嘆の気持ち、「だいじょうぶ」「がんばったね」「感心しました」といった相手への細やかな思いやり、そして、「うれしい」「ありがとう」などの感謝の気持ちが込められています。

「ほめ言葉」の落とし穴

ただ、ここで、ほめるときの心がまえをチェックをしておきましょう。あなたのほめ言葉が、心のこもらない、言葉だけのリップサービスになっていないか。やたらとほめ言葉のバーゲンをすると、気持ちが伝わらず、軽々しく聞こえることもあります。「あなたには力がある。すごい。だからこれやってください」とか、「うまい。もっとやれ」といったニュアンスのほめ言葉は、善意と好意をよそおった操作であり、条件つき、ヒモつきの感心です。裏心があるという意味では、攻撃的でさえありえます。

しかし、100%OKでなくても自分の積極的な気持ちを表現すること、温かい気持ちを表すことはいくらやってもやりすぎることはありません。

*ほめ言葉には自分も相手も豊かになる魅力があり、人生を豊かにしてくれますね。