



# ほめ達の口癖

竹下 幸喜

みなさん、ほめていますか？ほめる達人 竹下幸喜です。

今回は、ほめ達になるポイントをお伝えします。

ほめ達には、「ほめ達の口癖」というものがあります。

ほめ達は普段どのような言葉を使っているかという、すごくシンプルに口癖を使っています。これを使うだけで一気にほめ達になってしまうという「ほめ達3S+ 1」です。それは、

「すごい」「さすが」「素晴らしい」

この通りに言っていくと必ずほめ言葉になります。女性の方はこれに「素敵」を入れてもいいと思います。例えば「竹下さん、そのオレンジのネクタイ素敵ですね」と言ってしまうのです。その時、私が「そうですか？」と言った時、ほめた人は「そう言われたら、似合ってませんね。」とは言いません。そうではなく、「人を元気にさせるオレンジ色のネクタイ本当に似合っています」と必ずその理由が出てきます。「まずほめよ、後はそれから考えよ」。人間の脳は皆さんを裏切りません。ほめ言葉を先に言うと、ほめた理由が必ず後から出てきます。

そして「プラスワン」は何かということ、これからほめようとする時、「これはほめたらいけないな」という場面ができます。あるいは「何を考えてるんだ全然違うぞ!」と言いたくなる場面もあります。ところがそれをそのまま

伝えると相手の心がポキンと折れてしまったり、相手との人間関係に溝が入ってしまいます。ですから、「何を考えてるんだ全然違うぞ!」と言いたくなかった時にはこの言葉です。

「そう来るか!」

そう言われると相手は、「なんか間違ったかもしれない、けど努力は認めてくれているようだ。もう一回やり直してみよう、方向性を考え直してみよう」という気持ちになります。間違っていることに気づきつつ、もう一回やり直してみようという気持ちにさせる「そうくるか」これはいろんな場面で使えます。プラスワンにはもう一つあります。「相手のここを直してほしい」という時に、相手が皆さんのアドバイスを聞きたくて仕方がない「その続きを早く教えてください」という状態なる言葉があります。それは、

「惜しい!」

です。「惜しい!」と言われると言われた相手は、その先のアドバイスを聞きたくて聞きたくて仕方がない状態になります。それは「惜しい」の後に「すぐに直せて効果が高い言葉が後に続くだろう」という期待感があるのです。

ぜひ、これらの「ほめ達3S+ 1」を意識して使ってみてください。



Profile

竹下 幸喜(たけした こうき)

1967年生まれ。

一般社団法人 日本ほめる達人協会  
特別認定講師

ほめる子育て研究所 所長 竹下幸喜  
企業や子育てに「ほめて、認めて、  
励ます指導」を広げている。