

## 【第181号】 ほめる

エア・ウォーター・グループのみなさま、こんにちわ (^〇^) ノ

さて、久しぶりに会った同業の友人が話していました。

「大人になってから、ほめられることってなくなったよね」

みなさまはいかがですか？

では、ここ最近でみなさまはどうなたをほめましたか？

- (1) 子ども
- (2) 部下
- (3) 犬、猫などのペット
- (4) その他
- (5) しばらくほめたことがない

例えば「親→子ども」や「上司→部下」など、立場が上の方が下の方を「ほめる」場合、無意識に「ほめたら負けだ」と感じる方が多いそうです。

ほめられるって何かうれしいですよね (\*^-^\*)

最大のいじめは「無視」だそうですが  
「ほめる」は、相手の存在を認めている、ちゃんと見ているよ、というメッセージなんだそうです。

「ほめる」にもコツがあります。

- しっかりと視線をあわせる
- 感謝する；「ありがとう」をこまめに話すなど
- 尊重する；まずは相手の考えを受けとめるなど
- 肯定する；相手の考え方と自分が違ってもOKです
- 条件つき；〇〇できればほめる、といった場合は注意する

なかなかできない方の多くは、  
ついつい、ネガティブな面に気がいってしまう、  
相手の基準や意見ではなく、自分の基準のみで判断してしまう、  
結果の良し悪しのみで判断してしまう、  
などの傾向になりやすいそうです。

多くの仕事は、複数人によるチーム作業ですよね。  
各自の仕事は互いにつながっています。  
互いに信頼し合える職場環境へつなげたいものですね。

