

DAY15 – 要稱讚太太 II

因為我們罪的本性不容易稱讚別人，特別韓國男人認為在別人面前稱讚自己的太太和兒女是丟臉的觀念而不願意稱讚自己家人，在韓國稱呼在別人面前稱讚自己的太太和兒女的為二百五，意思是在別人面前太過度稱讚自己太太、孩子、兄弟的人（就是罵別人是個笨蛋、蠢蛋的意思）。因此韓國人在別人面前不願意稱讚自己太太、孩子，反而貶以損自己的家人當作禮貌。

有人跟一個人說，「你的太太非常漂亮！」他回答說，「那都是靠化妝的！」聽到這句話的太太多麼受傷呢？若他說，「真的，你的眼光是非常好的，可是我太太不只是外表漂亮而已，她的內心是更漂亮！」大家的氣氛一定是非常和氣。

稱讚使人在生活上有意義，稱讚賦予非常大的動力，稱讚使人感到自己生活上有意義，稱讚也使別人得到活力的維他命。稱讚像尋寶，找到更多寶物是好事情，稱讚也使鯨魚跳舞。稱讚有使笨蛋變為天才的力量。稱讚帶出來的不只是幸福自己而已，使對方得到幸福的雙贏策略。彼此稱讚的時候，我們變為你是我、我是你，就是大家感覺到我們是合而為一。

但是，我們稱讚的時候有要注意的部分，我們有在稱讚後用批判結束事情的缺點，像「妳的廚藝非常好，但，加上打掃得更乾淨，那這樣非常完美。」或「做家務非常好，但，養育孩子好像不怎麼好。」一樣，從稱讚開始用責罵結束是不好。先聽到稱讚，然後聽到責罵時候的受傷是非常嚴重。稱讚是要用稱讚作結尾。在稱讚後馬上有責備，這不如有稱讚。

但是，如果先稱讚後要責備，必須要遵守 John Gottman 博士的魔術比率（Masic Ratio）。夫妻、家庭諮商師 John Gottman 博士主張，夫妻要維持幸福美滿的關係，要說正面及肯定的話比要說負面的話五倍。例如，若說了負面的一句話，一定要說五句像鼓勵和稱讚一樣的肯定的話。這就是能保障維持幸福美滿婚姻生活的魔法比率。

韓國人李民圭博士寫的[吸引人的1%是不一樣]書上介紹了帶出感動的七個方法。

1. 在稱讚時候不要講模糊，要講具體。
2. 要尋找連自己本人也不知道的優點，然後稱讚它。
3. 公開稱讚或透過第三者轉達。
4. 用差別的方式稱讚。
5. 不只是結果而已，連過程也要稱讚。
6. 在狀況外的情況之下稱讚。
7. 尋找多元化的方式。

義人的口是生命泉，稱讚有導引生命力的偉大力量。

