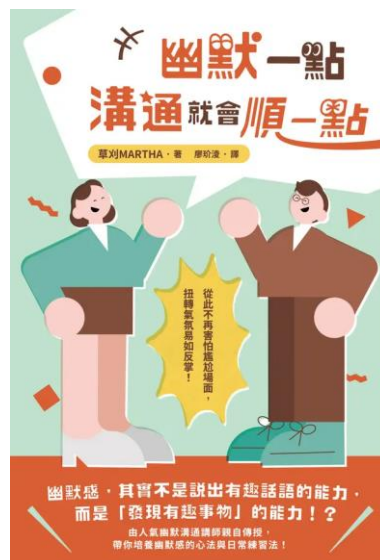


老師：葉惠儀
書名：幽默一點，溝通就會順一點
作者：草刈 MARTHA
出版社：楓書坊文化出版社

分享：

這本書首先吸引我打開去閱讀有兩段句子：
(一)「幽默，不是講笑話的技巧，而是接納最真實自己的態度。」(二)「並不是因為開心才笑，而是因為笑了才開心。」(威廉 詹姆士)，讀者會在每一章裡發現這些發人心省之句子！



原來我在日常生活和工作中與人相處時都有使用「幽默大法」，使氣氛輕鬆一些，令自己快樂一些，日子容易過一些，共有三個例子。例子(一)：玩暱稱遊戲。「只要說出這個暱稱的由來，聽的人馬上就笑出聲來，也因為這樣，他和鄰居之間總是很親近。」當我在新學期開學時，為了加深我對同學的印象，我會先背記他們的姓氏，特別是一些罕有的姓氏。記得有一年，我任教的學生中有一位同學的姓氏是「古」，我就稱呼他「阿古」。

例子(二)：找到對方喜歡的事。「想打開對方的心，找出對方感興趣的事是個很好的切入點。」我有一次上堂，其中一個同學唸唸有詞，不斷重覆一句韓文 K pop 歌詞，於是我跟著說每一句話也加上這句歌詞，全班同學都發出歡呼聲，雀躍不已。

例子(三)：自嘲。幽默的核心，就是接納真實的自己。作者提及丈夫曾自嘲自己的頭頂：「這是禿之月」令作者捧腹大笑。由於我個子矮小，我常自嘲自己「短小精幹」。

這本書也有不少我未曾用過的「幽默大法」，我會嘗試在日常生活中使用。例如第四章《來吧，開啟幽默式溝通》中第二部份「懂得讚美」作者提醒讀者：「當你漸漸習慣讚美他人之後，也不妨練習成為一個懂得「接受讚美」的人。作者建議我們多讚美眼前看到的東西，讚美對方的提問和意見。我嘗試在工作中多讚美同事和學生，他們也欣然接受我的讚美。

總而言之，我極之推薦各位閱讀這本書，使自己充滿幽默感，令生活更輕鬆愉快。