人間関係で悩まない！苦手な人が気にならなくなる技術（第8回）

人と関わることで可能性が広がる（下）

2019.01.08

愛はブーメラン、まずは自分から！

人との関係の中で、いつも私が心掛けているのは、「まず自分から関わること」です。

私たちはどうしても、人に与えることよりも、人からしてもらうことを求めてしまいがちです。自分から声を掛けるより、声を掛けられたいし、誰かに見留め（認め）られたい。でも、相手の行動はコントロールすることができません。ですからまず、自分が人に対して発信することです。

「愛はブーメラン」、まずは自分から。自分が与えたものは、いつか自分に返ってきます。特に苦手な人とは、なかなか上手にコミュニケーションを取れない人が多いと思います。でもそうすると、ますます関わりが減るという悪循環に陥ります。

苦手な人にこそ、まず自分から声を掛けてみてください。楽しく話す必要はありません。まずは自分から挨拶してみる。これだけでいいので、続けてみてください。

これは、私が息子の小学校でPTA役員をしていたときの話です。イワちゃんという女性の委員長がいました。イワちゃんとの最初の出会いは強烈だったので、今でも覚えています。

ある議題の解決策について、PTA役員の私たちに「それはおかしい！規約違反だ！」とかみついてきたのです。言っていることは確かに間違っていません。でも正直、このときは「面倒そうな人だな……」と思っていました。

翌年、そのイワちゃんの子どもと私の息子が同じクラスになりました。心の中で「うわっ」と思いましたが、関わらないわけにはいきません。自分から話し掛けてコミュニケーションを取ってみると、そんなに悪い人ではありませんでした。役員の仕事も一生懸命やっています。

ただ、暴走すると周りが見えなくなり、空回りしてしまうというのが彼女のパターン。それは、本人も自覚していました。

私が「何年間もボランティア活動、本当にありがとうね。なかなかここまでやってくれる人っていないからね」と彼女の熱心さを見留めたことで、彼女は心を開くようになりました。そして「ただ、一生懸命過ぎて人と戦っちゃうのがもったいないよー」という私の助言も素直に受け止めてくれるようになり、とうとうイワちゃんは「私が暴走したら止めてね」なんてことも言ってくれるようになりました。

そこで、役員会議などでイワちゃんが暴走したときは、「ハイハイハイハイ、イワちゃん、いま暴走してるよ！」と私が止めに入ったりして、とてもいい関係になったんです。

子どもが小学校を卒業したらつながりが切れるママ友がほとんどの中で、イワちゃんは卒業した今でも親交がある数少ないママ友。今では片付けが苦手な私のために、家に来て整理整頓の手助けまでしてくれるんです。

もし私が「面倒くさそうな人だな」と思って、イワちゃんを遠ざけて終わっていたら、今の関係はなかったでしょう。人って、関わってみないと分からないものなんです。

言葉の始まりは必ず「YES」から～「YES ＆の法則」… 続きを読む