

人とコミュニケーションをとる前に

みなさんはマイルールって持っていますか？

たとえば、「待ち合わせ時間の10分前に現地へ行く」というのもマイルール。自分の経験や人から教わったことが基となっていることが多いマイルールですが、人に押しつけると人間関係がギクシャクしてしまいます。

ある人は「待ち合わせ時間から15分以内ならOK」というマイルールを持っていました。人の数だけマイルールが存在するので、相手に同じ水準のルールを要求するとケンカになってしまいます。相手を許し、そういう考え方もあるのね、イロイロな考え方を持っている人たちで社会は成り立っているのね、と考えてみてください。きっと「あんなこと言われた！こんなことされた！」というモヤモヤする気持ちが軽くなるでしょう。

あ、でも、いつも待ち合わせ時間に相当遅れる私の

友人には、「時間通りに待ち合わせたい」気持ちを伝えました。(笑)人間関係が成り立っている間柄では、自分の気持ちを堂々と伝えられるものです。