

人見知り

村上市立荒川中学校 3年 板垣 明里

「私、人見知りだから無理。」

私は、今までの人生で、この言葉を何回も何回も使ってきました。友人や親に頼み事をするときや、言い訳をするときによく使う言葉です。

「〇〇さん家までお遣いしてもらえる？」

「無理無理。会ったことない人じゃん。私、人見知りだから無理だよ。」

と、このように使います。

私の人生は、この言葉でできていたと言っても過言ではありません。

はっきり言ってしまえば、私は人見知りです。初対面の人と話す際は、友人や気心知れた人が周りにいないと不安になります。もちろんうまく話せません。一人一人の表情が見えないくらい人数が多いところで話をする分には何ともないのですが、一人一人の表情が見えるところとなると、初対面特有の緊張が何倍にもなったようで、とても疲れます。

そんな性格をかかえたまま中学生になった私は、部活動で先輩とうまく話せない自分に負い目を感じるようになりました。しかし、「人見知りを直して、先輩や初対面の人と話せるようになりたい。」と思う度に、「でもどうせ直らないから仕方ないか。」と腐ってしまう自分がいました。「私、人見知りだから無理。」と今まで言い訳にしていた言葉が自分の背中を何とか支えているような気分でした。

そんな時、私はあるラジオ番組を聴きました。その番組の企画は、人見知りのリスナーさんからのメールを募集し、どうやったら人見知りを克服できるのかを考えるというものでした。

新しく入学した学校になじめない人や、お店で店員さんに話しかけられない人など、さまざまなタイプの人見知りのリスナーさんのメールが紹介され、私は少しほっとしました。「自分だけじゃないんだし、人見知りでも別にいいのかも。」とも思いました。

しかし、番組の中でこんな話も出ました。

「実は、人見知りは得をしてるんです。だって、『私、人見知りなの。』って言えば、周りの人がフォローしてくれたり、話題を振ってくれたりするんですから。人見知り人見知りって言うけど、中にはそういうことで楽しようとする人もいます。」

私は、あっと思いました。もしかしたら、自分もそうかもしれないと思ったからです。「私、人見知りだから無理。」という言葉に甘えて楽をしようとしていたんだと、この番組で初めて気づきました。

それからというもの、私は、「私、人見知りだから無理。」という言葉を使わないで生きようと心がけています。少しずつですが、昔よりも人と話せるようになったと思います。また、今の私は、昔よりも明るい毎日を過ごせているとも思います。「例の言葉」で自分を支えなくても済むようになりました。

そこで、私の他にもたくさんいる「自分は人見知りだ。」と思う人たちにも、一度でいいので、「自分は本当に人見知りなのか。」と考えてみてほしいのです。それほど難しいことではありません。こんな私にもできたことなんですから。

