

嫌われないうために、信頼を
を差し出していいかい？

波風を立てないことの隠れた代償



嫌われる痛み

その場で感じる。目に見えるため、
私たちは本能的にこれを
避けようとする。

信頼が 育たないこと

相手が怒らず普段どおり接してくれ
ると、「うまく付き合えている」と
錯覚してしまう。

波風が
立たなかった  信頼が
積み重なっている

相手が怒らないことは、信頼の証ではない。

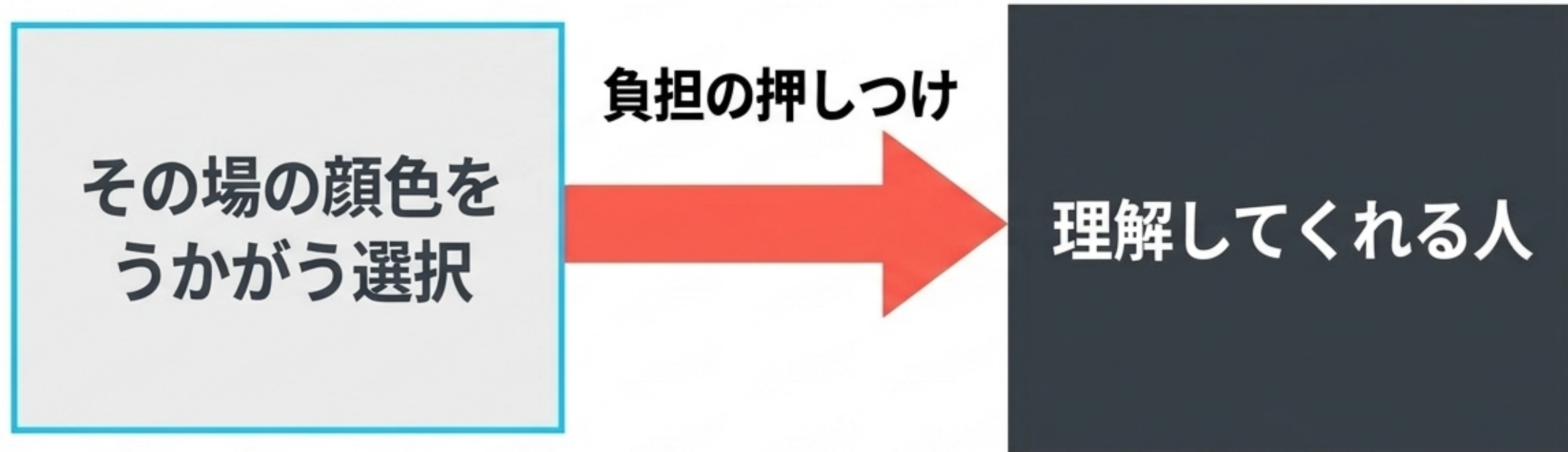
「嫌われたくない」と願う陰で、誰かの献身が後回しにされている。



自分の上達を考えてくれる思考

何時間も球出しをしてくれる労力

言いづらいことまで、言葉にして届ける覚悟



「あの人なら分かってくれる」「これくらいなら大丈夫だろう」——私たちは、支えてくれる人が怒らないことに甘え、理解する負担を押しつけている。

丸く収めたつもり

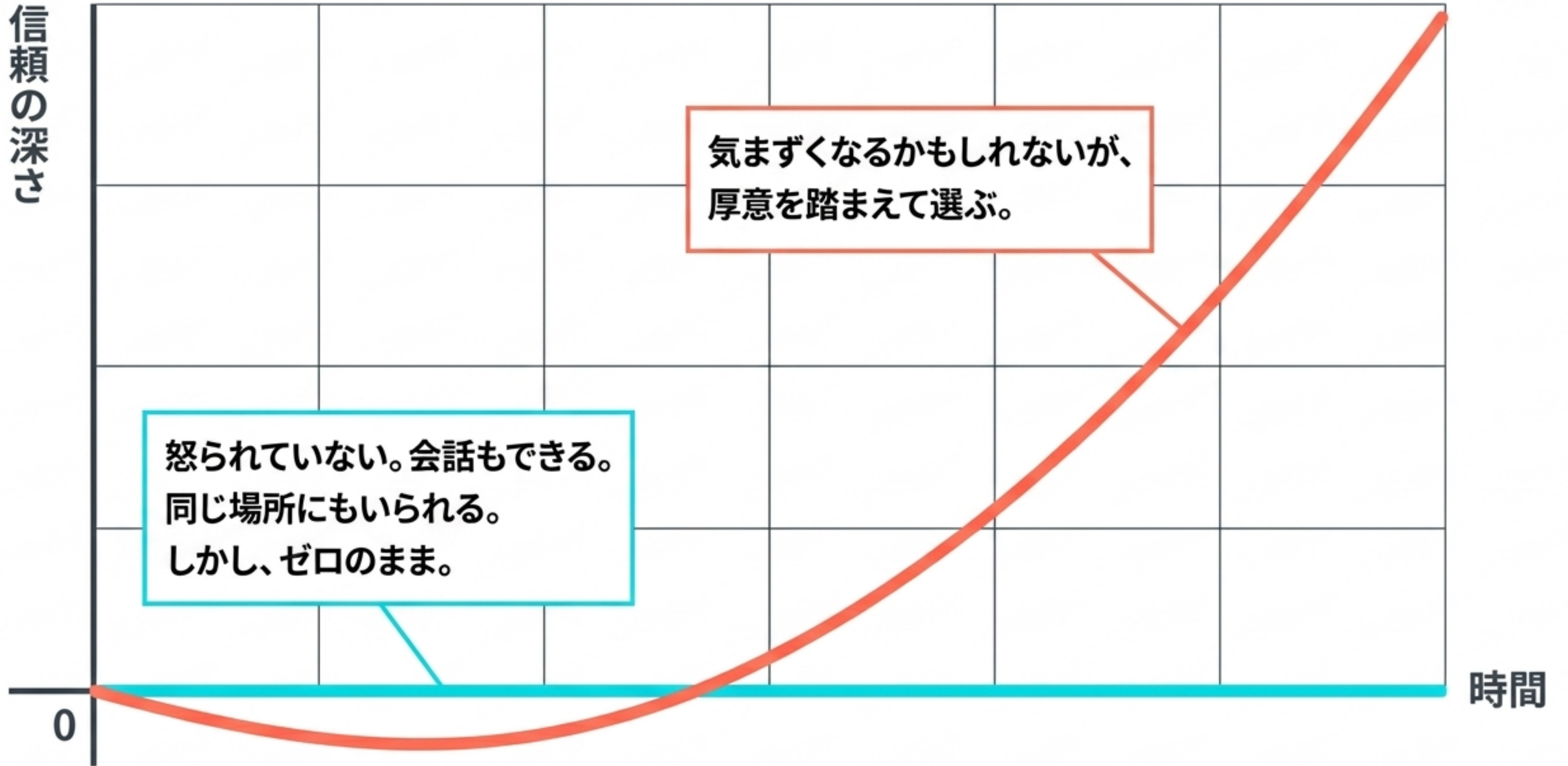
本人には、
失礼なことをし
た自覚がない。

厚意の搾取

その丸さを
つくるために、
誰かの厚意を
削っている。

「腹は立たないですが、信頼
関係は、何ヶ月経っても、
まったく育っていませんね。」

— シンさんの言葉



「教えていただければ気づけなかった」

自分では
「穏便な対応」だと思
っていた行動。

実は「失礼」だったと
認める勇気。

大声で叱られるよりも、
自分の選択を深く問い直させる現実。

処世術

信頼構築

優先順位

目先の人に
嫌われないこと

受け取った厚意に
応えること

支援者への
態度

都合のよい
安心にする

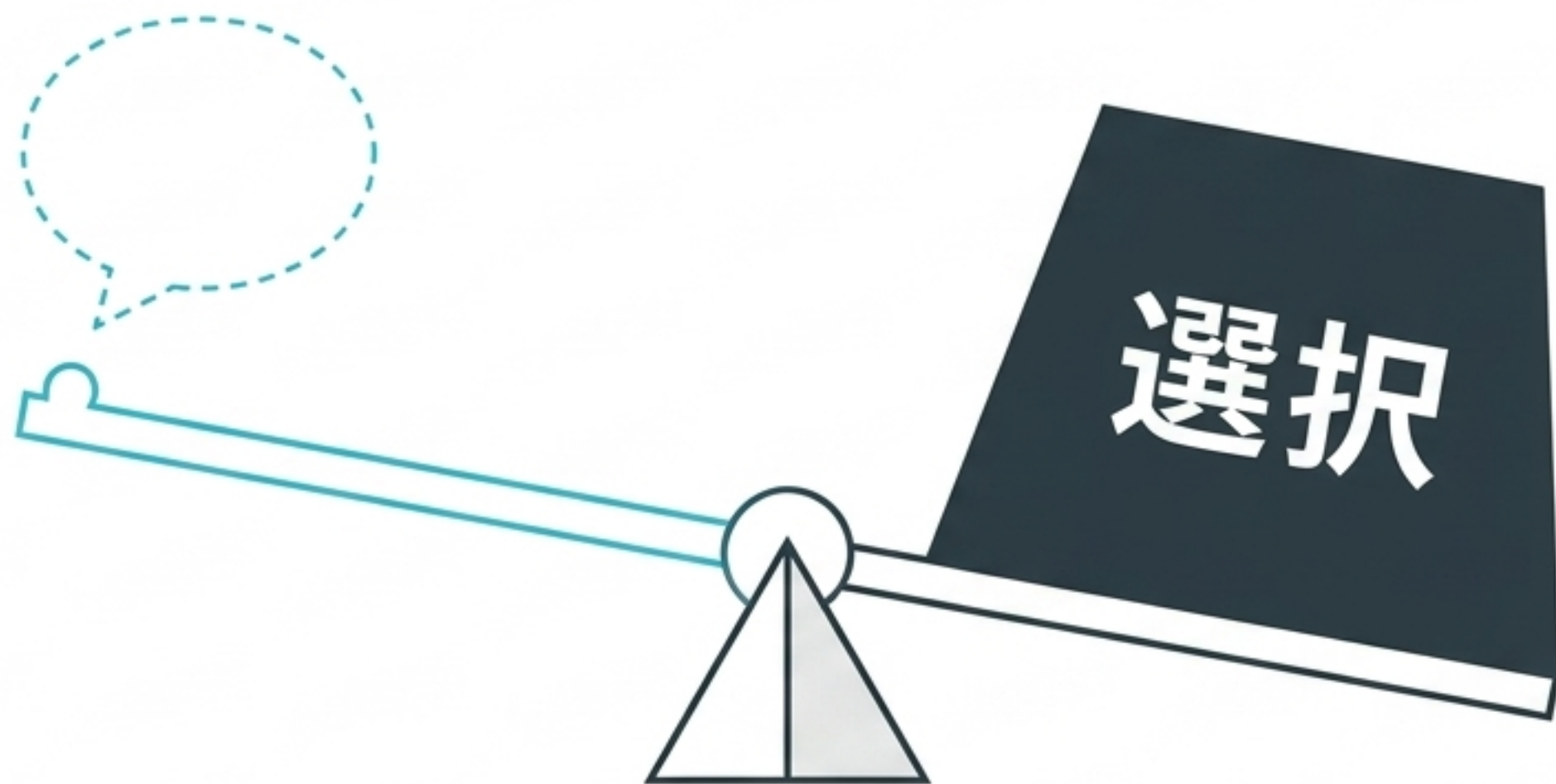
差し出された時間を
大切にする

長期的な
結果

何ヶ月経っても
育たない

確かな関係性が
積み重なる

信頼は、「大切にしています」という言葉だけでは育たない。



**誰の働きかけをどう受け止め、実際に何を選んだか。
問われているのは、口で語る大切さではなく、
選択に表れる優先順位なのだ。**

**「嫌われたくない」と
迷いが生まれた瞬間。**



**自問する：「今、誰の厚意に
甘えようとしているのか？」**



**気まずくても、自分が受け取ってきた
厚意を踏まえて、選ぶ。**

その一回から、信頼は育ち始める。

支えてくれる人の存在を、
都合のよい安心にしてはいけない。

その人が差し出してくれた時間を、自分の選択で大切にできる人であれ。