

気をつけたい立ち居振舞い



POINT

話しかけられたら手を止めて、
鼻、心臓、つま先を相手に向ける

話を聞くときは、ながら動作で答えない

ハイリー・センシティブ・パーソン（HSP）という、人より感受性が強いタイプ、気質の方がいます。エレイン・N・アロン博士によると、約2割がこのタイプと言われています。あなたのちょっとした立ち居振舞いが、相手に「自分が悪かったのかな」と思わせてしまっているかもしれないかもしれません。繊細な印象がある人には、とくに振舞いで誤解を与えないよう気をつけたいですね。

話しかけられたときに、「PCに向いたまま……」「テレビを見ながら……」で顔も向けずに返事をしてしまうと、面倒くさくて片手間で相手をしているように見えてしまいます。そういうつもりはなくても、これでは感じがよいとはいえません。相手は、もう話しかけるのがいやになってしまいかもしれません。

相手に話しかけられたときは、まず手を止めましょう。相手に心臓を向けると顔全体が向きます。鼻、心臓、つま先が相手に向くことを「正対」と言い、ウェルカムな気持ちの方がより伝わりやすくなります。