



## ■ 悪口は一瞬の結束、長い不信

「ねえ、あの人ってさ…」 そんなふうに始まる会話、耳にしたことはありませんか？あるいは、自分がつい誰かの悪口を言ってしまったこともあるかもしれません。悪口は、時にその場の空気を盛り上げたり、共通の“敵”を作ることで仲間との距離を縮めたりするように感じられます。でも、その結果は本当に信頼に基づいたものなのでしょうか？

## ■ 共通の敵がつくる“つながり”的危うさ

人は、同じものを好きになることで仲良くなることもあれば、同じものを嫌うことで距離が縮まることもあります。悪口は、まさに後者の力を使って一時的な仲間意識を生み出します。でも、その関係は「誰かを悪く言うこと」でつながっているだけ。もしその“共通の敵”がいなくなったら？あるいは、次に悪口の対象が自分になったら？そんな不安が、関係の土台をぐらつかせてしまいます。

## ■ 聞いている人も、実は見ている

また、悪口を聞いている人の心の中にも変化が起きています。

「この人、こんなふうに他人のことを言うんだな」「じゃあ、自分のこともどこかで言ってるのかも…」と、無意識のうちに警戒心が芽生えるのです。つまり、悪口を言うことで一時的に誰かと近づけたとしても、同時に別の誰かとの信頼を失っているかもしれません。



## ■ 信頼は、静かに壊れていく

信頼は、時間をかけて少しずつ育てていくもの。でも、悪口はその信頼を一瞬で壊してしまう力を持っています。しかも厄介なのは、悪口を言った本人がそのことに気づきにくいという点です。気づいたときには、周囲との距離ができていた…なんてことも。



## ■ 言葉のチカラ

言葉には、人と人をつなぐ力があります。でも同時に、切り離す力も持っています。だからこそ、どんな言葉を使うかはとても大切です。誰かを傷つける言葉でつながるより、誰かを思いやる言葉で信頼を育てていけたら素敵ですね。

