

09_ Q&A→女性には緊張してしまって

...

どうも、高橋りょうです。

今日は、
赤裸々な悩みを打ち明けてくれた質問者さんに向けて、
お答えしていきますよ。

こんな内容です。

...

「高橋さん、初めまして。僕はいつも、年頃の女性、気になっている女性の前では、緊張してしまい、上手く会話できません。かれこれ、10 年以上その悩みを持ち続けていますが、一向に解消される兆しを得られません。高橋さんは昔、こんな悩みを持っていましたでしょうか？また、どうやって克服されたのでしょうか？」

すごく長い文章だったので、
要点だけまとめました。

この悩み。

多くの男性が共通して
持っている悩みだと言えます。

もちろん、
僕もそうでしたよ。

だから、このお悩みに
お答えしようと思いました。

自分が好きになった女性、
可愛いと意識した女性、
年頃の女性。

そんな女性の前では
自意識過剰になり、

「何か、気の利いた、
面白いことを言わないと、、、」

みたいな、強迫観念に囚われて、
いつも緊張してしまい、勇気を出して口にした言葉は
スベリまくっていた時期が、僕にもあります。

けっこう厳しいと思います。

こういった状況って。

頑張って、勇気を出して
口にした言葉がスベったりすると、

単純に恥ずかしいだけでなく、
男としてのプライドも傷つきますからね。

精神的に、
痛いんですよね～、あれって。(笑)

知ってました？

物理的なケガによる痛みと、
精神的なキズによる痛みって、

脳にとっては全く同じなんですよ。

つまり、
こういうことです。

自分が好きになった女性、
可愛いと意識した女性、
年頃の女性、

そうした女性が近くにいるシチュエーションでは、
かなりの痛みを伴うケガをするリスクを孕（はら）んで
いる、

ということです。

嬉しい反面、
めっちゃ嫌ですよね。(苦笑)

昔の僕の場合、

自分が好きになった女性、
可愛いと意識した女性、
年頃の女性、

が近くにいることによる単純な嬉しさよりも、
痛みを伴うリスクの方が、

天秤論的に勝ってしまって、

いつも「好き避け」するタイプの男でした。

いわゆる、

ムツツリさんだった、

というわけです…。

内心、

自分でも分かっていました。

「俺、カッコ悪う～↓↓↓」

って。

本当にいい男は、
若くて、綺麗で、モテる女性の前でも

ごく自然にエンターテインメント感を存分に演出し
て、
相手を楽しませるトークを繰り出します。

楽しませてもらえるから、
その女性は、その男性のことが好きになります。

好きになってもらえるから、
男性はますますエンターテインメントをプレゼント
します。

で、女性は、
ますます好きになる、と。

このプラスのスパイラル。

に対して、
昔の僕ときたら、、、

若くて、綺麗で、モテる女性が現われたら、
傷つくのが嫌だから、
キヨリをとって避けてしまう。

何の接点もないから、

遠くから

「あの女性、キレイだな～」

と、指をくわえて見ているだけ。

「あ” ～～～っ！！」

我ながら、

超絶カッコ悪いです。

何が？

⇒女性を怖がっているところが。

ヘタレの極みです。

「怖がってんじゃねーよ！」

もう一人の僕から、
恫喝された言葉です。

しかし、

なかなか自分は変わりません。

...

本当は、あの女性と仲良くなりたい！

でも、キズつくのが怖い...

でも仲良くなりたい...

でも、怖い...

でも...

...

延々と、このセルフトークを繰り返した結果、

お目当ての女性とキョリを取って、
「好き避け」するという行動を選択し続けていました。

でも、ある日
気が付きました。

「怖がって、何もしないままじゃ、
現実は何も変わらない。」

と。

当時の僕は、
美人女性と対等にコミュニケーションできる
自分になりたいと、強烈に望んでいました。

それは、

「誰よりも、いい男になりたい！」

という、幼き頃からの思いから。

しかし、

現実の自分自身は、

女性を怖がって逃げてばかりだった。

この理想と現実とのギャップに、

大いに苦しんでいました。

それを

ある日悟った僕は、

何でもいいから、失敗してもいいから
若い女性と会話しよう！

と、強く心に決めます。

以前、話したこと
ありましたよね？

僕が、
美人看護師にあしらわれたこと。

あれは、

「こんな自分は嫌だ！」

という反動から、しでかした行い。

結果は、痛い目を見た、

という感じでしたが、でも得られたものがありましたよ。

何だと思います？

...

ケガしても、
大したことないじゃん。

って思えたことです。

もちろん、
時間が経ってからですけどね。(笑)

どんな失恋をしても、
時間が経てば、傷は必ず癒えていきます。

人間は、直近のインパクトによって
精神状態を左右されることが往々にあります。

もちろん、
「失恋」も然り。

この原理を理解していれば、

失敗して、痛い目を見ても、
すぐに何かをして、上書きすればいい

という発想になります。

そうやって、
傷口を塞いでいきます。

まだ、ありますよ。

「こういったことを言ったら、
女性を興ざめさせちゃうんだな。」

という、生のサンプルが得られているので、
地雷を理解した、ということで、

確実に女性心理の
理解にも繋がっているんです。

間違いなく、
男を磨けています。

チャレンジによって、得られるものは
失敗した時にこそ多いのです。

だから、怖いと思っても、
そこをグッところえて、チャレンジしてみてください。

おすすめの方法は、
カフェなんかのショップ店員と、
流暢に会話できるように、目指すことです。

別に、長話する必要はありません。

ちょっと、軽いあいさつ程度の
爽やかな会話をするだけでも、効果テキメンです。

スタバなんかに行けば、
年頃のかわいい女性店員は、たくさんいますから、
その女性店員に、

「この時期のおすすめのメニューは、何があります
か？」

と聞けば、必ず返してくれます。

それが仕事ですから。

帰り際なんかで、
コーヒーマグカップを返却するとき、

「ごちそうさまでした〜^^」

なんて声かけすれば、
爽やかなお客さんとしての印象が残りますよね。

全然、変じゃないです。

緊張して、
怖がる必要なんてありません。

そうやって、
女性と楽しく会話できるシチュエーションを
たくさん自分の脳に叩き込んで、

今まで女性を怖がっていた
マイナスの観念を、
プラスに上書きしていきましょう。

僕は、
そうやってきましたよ。

これを習慣にして、
ひたすら繰り返すと、びっくりするぐらい、
自分の性格が変わっていききました。

今では、

美人女性がいれば、

「怖い…。」

という感情はあっても、

それよりも、

「何か、会話したい！」

「接点を持ちたい！」

「自分の印象を埋め込みたい！」

という情動の方が、遥かに勝る体質に変わっているの
で、
自然とアプローチする自分になっています。

たま〜に、
スベっちゃうことが今でもありますが、
それでも、楽しませられる確率は 80%以上だと自負
しています。

スベった時は、
新たなデータが手に入る、ということなので、
今後の肥やしになります。

メンタルも、鍛えられますしね。(笑)

「あの女性（ひと）、キレイだな」

と思った女性に対しては、
必ず声をかける。

↑

これ、僕のルールです。

これは別に、ナンパだとか、
連絡先を訊くとか、そんなことじゃないんです。

キレイな女性（ひと）を見かけたら、
必ず声をかける。

↑

これがルール化されていることで、
自分は、そのルールに従わないといけない、という状況に追い込まれる。

すると、何とかして、
その女性にかける言葉として自然なものを、
頭の中で、高速で検索されはじめて、

はじき出されたものを
女性にかける。

そんな感じなので、

自分自身に対しても、

何もやましいことはないんです。

ナンパする！

とか、

連絡先を訊き出す！

とか、

そんなふうに意気込んでいると、

自分自身でも、

「下心あるな～、俺…」

みたいな、
罪悪感にも近いセルフトークが無意識の中で行われ
るので、
どこか、ぎこちない会話になる可能性が高くなります。

これはマズいので、

=====

キレイな女性（ひと）を見かけたら、
必ず声をかける。

=====

ぐらいの抽象度に留めている、
というワケです。

...

少し話が反れてしまいましたが、
今回話した方法で、

女性の前で緊張してしまう自分を克服することができます。

“マイナスの観念を、プラスに上書きする”

これが、今回の話の中で、
一番重要になる考え方です。

この原理を使えば、
少しテーマが変わりますが、

「童貞コンプレックス」で悩んでいる男性の悩みも、
一発で解決します。

どういうことか？

童貞で、性体験に対して、
過剰なイメージを持っている、

そんな男性は、

セックスに、

良いイメージを持てていないケースが多いんですね。

良いイメージを持てていないから、
童貞の状態が続くんです。

赤の他人同士の男女が
全裸になって、

普段、
決して他人に見せない性器を晒（さら）し合い、

あまつさえ、結合させてしまうなんて…。

どうかしてる！

こうしたマイナスの観念があるために、
いつまで経っても前に進めないんです。

いざ、女性とそんな雰囲気になっても、
誘ってあげられないんです。

ハッキリ言って、
この時、女性は傷つきます。

もっと行けば、

「この、いくじなし。」

と、烙印を押され、
嫌われる可能性すらあります。

だから、いい男を目指すのなら
童貞コンプレックスは、
早急に解消すべき、

というのが、個人的な意見です。

「今の状況を打破したい！」
「突破して、新たな景色を見たい！」

と、その人が思ったのなら、

やるべきことは、一つです。

“セックスに対する、
マイナスの観念を、プラスに上書きする。”

つまり、
実際にセックスを体験しちゃうことです。

男性の場合、
手段はたくさんあります。
(あえて、ご想像にお任せします)

そうして上書きしちゃえば、
世界の見え方がガラリと変わります。

今回のポイントは、
一歩、前に踏み出して

“マイナスの観念を、プラスに上書きする”

これを繰り返していけば、
自分の性格や体質をガラリと変えていくことができます。

かなり、効果テキメンなので、
ぜひ試してみてくださいね。

...

ということで、
今回のメッセージは以上です。

ありがとうございました。