

## たまには友達に愚痴を聞いてもらおう。

友達に愚痴るのは、基本的にNGです。

NGですが、たまになら、大丈夫です。

疲れがたまって「誰かに聞いてもらいたい!」と爆発しそうときには、友達に電話をして、愚痴を聞いてもらいましょう。

もちろん毎日はマナー違反です。

多くても、1カ月に3回までです。

たまになら、友達に愚痴を聞いてもらうのも悪くはありません。

なぜ「たまに」ならいいのかというと、あなたの本音を伝えるチャンスだからです。

心の内を開いた愚痴を言えば、あなたが抱えている問題を知ることができ、友達関係がさらに深まるということも珍しくありません。

悩んでいる男女同士が愚痴を言い合って、付き合うようになった話はよくあります。

お互いに心を開いた会話をしたので、関係が深くなったからです。

我慢だけが美德ではありません。

我慢するのはたしかに素晴らしいですが、たまには愚痴を聞いてもらい、すっきりしましょう。

**人間関係を深めるチャンスに変えればいいのです。**

疲れを取るシンプルな方法 その26

**たまには友達に、愚痴をたっぷり聞いてもらおう。**

