

コミュ障レポート

こんにちは、しゅんです。

このレポートでは、とにかくコミュ障だった僕の過去。

そして、そんな僕がネットビジネスと出会ってどうなったか？

そこらへんの話をしていきたいと思います。

では、ここからスタートです。

「コミュ障」

いわゆるコミュニケーション障害

嫌な言葉だが、

これが僕の最大のコンプレックスだ。

ビジネス始めて、少しはましにはなったが、

現在も、日本人の下位 5%くらいに入るくらい、

コミュカは低いだろう。

本当に人と話すのが苦手だし、
友達もかなり少ない。

なぜ、僕がコミュ障になってしまったのか？
原因を話しておこう。

まず、声が低くて小さい。
もともとの声質だから、仕方ない部分もあるが、
“ボソボソ”喋ることが癖になっている。

だから、自分は伝わっていると思って話しても、
相手に聞き取ってもらえないことは多々ある。

少しうるさいところで話していると、
「ん？(今なんて喋った?)」
というふうに聞き返されることが多い。

そうすると、なんとなく自信をなくしてしまう。

僕がコミュ障である、もう一つの理由は、

“感情を表に出すのが下手”ということだ。

割りといつも、落ち着いたテンションでいるので、

楽しいと心の中で思っているけど、

“楽しい感じ”を言葉や体で表すのが難しい。

だから、自分の素直な気持ちを、

相手に受け取ってもらえることができないのだ。

だから、ディズニーとか行っても、

「あんま楽しくないのかな？」

と思われてしまうことが、ちよくちよくあった。

・ボソボソした声

・感情を表すのが下手

これら 2 つが僕のコミュ障の理由となっている。

そして、いったん「自分はコミュ障なんじゃないか？」

と疑ってしまうと、自分に自信がなくなってしまう、

さらに、人との話すのに苦手意識がでてくる。

最悪のサイクルだ。

さらには、コミュ障だと、

友達や彼女をつくるのも難しくなる。

現に僕は友達が少ない方だし、彼女もない。

コミュ力があれば、人生もっと楽しかったかなと、

思うこともよくある。

しかも、コミュカが低いというのは、
プライベートが充実しないということだけではない。
当然のように仕事にも影響が出てくる。

コミュニケーション能力は、
社会に出て1番求められるものでもある。

社会人としての能力＝コミュカといってもいい

僕は、日本人のなかでも、
下位5%のコミュカを持つ自信があった。
だから、僕は、社会人としても、下位5%なのである。

コミュカなんて、
人としての能力のほんの一部に過ぎないと思う。
が、これができる、できないで、
社会人として、有能、無能が分かれる。

有能な人は収入が増え、
無能な人の収入は良くて現状維持、
最悪解雇されるのだ。

コミュ障にとっては、なんとも悲しい話である。

僕はたまたま運良く、
インターネットでのビジネスを見つけ、
飯を食っていけるくらいには、
稼げるようになった。

ある程度の要領もつかめたので、
多分、一生生活に困ることはない。

もし、ネットビジネスを始められていなかったら、
僕は、“使えない社員“としての社会人を送っていただろう。
最悪解雇されて、路頭に迷っていたかも？

プライベートだけでなく、仕事でも使えないやつになるなんて、
最悪の人生だ。

ここまで、僕がどれほどコミュ障かという話。
そして、それによる将来への不安を話した。

でも、僕は何も、幼少期から、
話すのが苦手だったわけではない。

ここからは、僕の過去を振り返っていこうと思う。

幼少期、小学校の純粋な頃は、
全然話すのが苦手ということはない。

僕の人生で一番、
女の子と親密なコミュニケーションをとっていたのは、
保育園にいた頃かもしれない。

保育園生の僕には仲良い女の子がいて、

いっしょに遊んだり、

手紙のやりとりなんかをしていた。

正直、当時の記憶はほとんどない。

でも、年末の大掃除をしていた時、

その子との手紙が出てきた。

「また、今度遊ぼうね！」みたいなことが書かれていた。

正直、今の僕は女の子相手に、「今度遊ぼう」なんて言えない。

保育園の僕のコミュカには感心するばかりだ。

小学生に上がると、

少し静かめの子供だと言われるようになる。

そして、両親が共働きだったので、

家にこもることも多かった。

でも、仲良い友達はたくさんいた。

毎週のように友達のうちに電話して、遊ぶ約束をする。

当時は家電だ。

うちに呼んだり、友達のうちに遊びに行った。

でも、やることといえば、家の中でゲーム。

スマブラ、Wii Sports、遊戯王。

友達の母親に、「家でゲームばかりしないで、たまには外で遊べ！」

というテンプレのような、怒られ方をして、

渋々、家の前でドッジボールとか、野球もどきみたいなのをしていた。

それはそれで楽しかったけど。

このように、小学生までは仲良い友達はけっこういて、

別に喋るのが苦手という意識もなかった。

声変わりもしていなかったし、

声が低い、ボソボソしてるなんていうコンプレックスもない。

感情も全面に表に出していたと思う。

まあ、ゲームや漫画が好きで、家に引きこもりがちという、
インドアな人格は小学生の頃にできてしまったけど笑

コミュ障が発揮されたのは、中学生になってからだ。

特にクラスの友達関係。

同じクラスの友達は多少なりともいた。

でも、もともと控えめな性格だったのだろう。

ちょっとウェイウェイしている

クラスの子とはなかなか話せない。

相変わらず、ゲームや漫画は好きだったので、

話し合うやつらばかりと話していた。

クラスの陽キャラみたいなやつらが、
教室のど真ん中で騒いでるなか、
僕ら数人は、教室の端っこで、だべっている。

そんな風景だ。

いわゆる「ヲタク」ではなかったが、
『陰キャラ』感はあったかもしれない。

そして、僕が最高に苦手な人種がクラスにはいた。
「超、気が強そうな女子」だ。

一番きつかったのは、
僕がクラスの男子友達と普通に喋っている時の話。

その気が強そうな女子が、
急に僕の友達に話しかけて、

「お前って、しゅん(僕の名前)と仲良よくしてんの？笑」

と、言った。

「お前こんなやつと仲良よくしてんのかよ？」というようなニュアンスだ。

僕の被害妄想も入っていたかもしれないが、なかなか傷つく。

そんなこともあって、だんだん口数は減っていった。

声変わりして、自分の声を通らなくなったこともあり、

自分に自信がなくなっていったのかもしれない。

良く言えば寡黙。

悪くいえば、ただの喋らないやつ。

周りからの印象はそんな感じだっただろう。

そんなこんなで、中学時代に、

僕のコミュ障コンプレックスは発動した。

しかし、高校時代になると、かなり仲間に恵まれた。

勉強はできていたこともあって、

けっこうな進学校に入れた。

まじで、良いやつらしかいなかった。

変に気の強いやつらとか、

異常にウェイウェイしているやつらなんて、

誰一人としていない。

となれば、“僕は中学時代のコンプレックスを抜け出し、人と喋るのも得意になる“と思うだろう。

しかし、仲間に恵まれたことが、

逆に僕のコミュ障を加速させた。

高校入ってからは、

クラスや部活の友達が、

僕が声が低くて小さいのをいじってくれるようになったのだ。

僕が「聞き取ってもらえないかな？」

というような音量と声の低さでボソボソ喋っていても、

僕の友達は、

俺の声を真似してきたり、

もっと、低い声を出してきたりした笑

それで、その場が笑いになるし、

全然悪い気分がしなかった。

むしろ、いじられるのが嬉しい気持ちもあった。

そうやって僕は、

「声の低いキャラ」

「声が通らないキャラ」

「いじられキャラ」になっていった。

しかし、逆にその“キャラ”に甘えてしまうことは多々あった。

僕はボソボソ喋るのは、やめるべきだと思っていたが、
ボソボソ声でも、いろんな人達と仲良くなれた。

コミュ障を治す必要がなくなってしまったのだ。

だから、

ボソボソ喋って聞こえない声

↓

キャラに甘えて、ハキハキ喋る努力をしない

↓

余計に、ボソボソ喋るようになる

↓

以下ループ

こんな状態だった。

だから僕は自分のキャラに甘えて、

自分の“話す能力“を高めようとする努力を全くしなかった。

はっきり言って、コミュ障っていうのは、自然に治るものではない。

自分からしっかり喋る努力をしたり、

しっかり話さないといけない環境に身を置いたりしないと、

コミュカは下がっていく一方だ。

だから、僕のコミュニケーション能力は、

中学時代よりむしろ、高校時代のほうが、

下がってしまった。

そうなる困るのは、大学生になったときだ。

コミュ障のまま、大学生になった僕は、

人間関係でけっこう苦勞した。

大学生っていうのは、

高校と違い、クラスというものが存在しない。

だから、自分からある程度、積極的に喋らないと、

誰とも仲良くなれずに、孤独な生活を送ることになる。

実際僕も、学部の友達関係はけっこうしくじった。

コミュ障のみんなは、わかるかもしれないが、

大学生の最初のほうって、

まじで、誰と話したらいいのかわからない。

授業は大勢の人が受けてて、

たんたんと進んでいく。

特に仲良くなるチャンスが与えられないのだ。

たまに、少人数の授業があっても、

英語や外国語の授業くらい。

そこで、一気に仲良くなれば良いかもしれないが、

そこは、僕の大の苦手分野。

頑張れば、自己紹介くらいはできるが、

その後、どうやって仲良くなればいいのかわからない。

結局、最初に多少お喋りをした以下の方々

- ・第2外国語でとなりの席で授業をしていた人
- ・英語で前の席で授業をしていた人
- ・オリエンテーションで喋った2人
- ・基礎ゼミで班が一緒だった子
- ・友達の友達で、なんとなく話した大勢の人

これらの人は、微塵も喋らなくなった。

1つ1つの出会いをものにしないんだから、

友達が少なくなるのも当然である。

僕は結局、学部で仲良いのは、

高校からの友達数人と、英語の授業で同じだった数人だ。

もちろん、これらの人とは、

常に同じ授業を受けられるわけではない。

だから、ぼっちで受ける授業も時々あった。

周りが仲良くわいわい授業を受けてるなか、

1人で授業を受ける寂しさといったら、

けっこうきついものがある。

授業始まる前に、教室の扉を開けると、

ガヤガヤみんなが喋っている。

で、だいたいうるさい人は、
教室の後ろのほうにいて、
僕は教室の前のほうに、ちょこんと座る。

だいたいスマホをいじって、
授業始まるまでの時間を過ごすけど、
その間、みんなの楽しそうに喋る声が、
すごい耳に入ってくる。

- ・あの授業楽単らしいぜ～
- ・あいつ彼女できたらしいよ！
- ・昨日飲み会で寝てねーわ笑

僕にとっては、すごいどうでもよい話だが、
あんなふうになんか仲良く授業を受けられるのが、
とても羨ましく感じてしまう。

そして、1人寂しく授業を受ける、
僕のコミュニケーションのなさを呪う。

そして、ぼっちで授業を受ける最大の悩みは、昼休みだ。

普通は食堂や、ライセン(大学内のコンビニ)で昼食をとって、
昼間の空腹を満たす。

でも、昼休み前の授業がぼっちだと、
いっしょに昼食を食べる相手がいない。

一人暮らしの人なら、家へ帰って、
昼食をとるという選択肢があるかもしれないが、
残念ながら、僕は、実家暮らし。

家へ帰る暇なんてない。

かといって、

1人で食堂で飯食うのも嫌だし、

便所飯なんてもっと嫌だ。

だから、僕はそういう時は、

昼飯を食べないで、図書館で1人で寝ていた。

もちろん腹は減る。ひもじい。

だから、空腹を紛らわすために、

無理やり寝るのである。

そういう日が何日か続くと、なんか泣きたくなってくる。

逆に友達といっしょに昼食を食べる時は、

特に盛り上がる会話がなくても、嬉しく感じてしまう。

なかなか重症だ。

ここまでは、学部でのぼっちエピソードを話した。

でも、コミュ障大学生が辛いのは、

別に授業を1人で受けてるときだけじゃない。

では、1番きついのはどんな時か？

迷わず答えられる。

そう「飲み会」だ。

仲良い友達少人数の飲み会ならまだいい。

最悪なのは、大人数でどんちゃん騒ぎする飲み会だ。

何回も言っているように、

僕の声は低くてボソボソしてて、通りにくい。

騒がしい飲み会では、

まず、僕の声は聞き取ってもらえない。

喋っても、なんとなくスルーされることなんてよくあるし、

会話にも全然入りにいけない。

後は、周りにテンションをあわせるのも苦手。

がんばって喋るようにしても、

飲み会でテンションマックスになった人に、

ついていけるわけがない。

だから、飲み会はまじで“空気”になってしまう。

騒いでる人のとなりで、ポツンとしてる感じ。

まあ、仲良い人達との飲み会ならあまり喋らなくても大丈夫だった。

僕が“そういう人間”ということはわかってくれているから。

実際、よく行っているソフトテニスのサークルでは、
別に頑張って喋らなくても、
なんと～くやっていける。
むしろ、黙っていても勝手にいじられる。

しかし、あまり仲良くない人との飲み会も当然ある。

今までで、一番コミュ障を発揮したのは、
あまり行っていない、バドミントンのサークルでの飲み会だ。

たまに喋るやつは何人かいたが、
先輩も同期もほとんど、知らない人達。

それに加えて、飲み会の条件も悪かった。

まず、その飲み会が新入生歓迎会だったこと。
新入生歓迎会ということは、
必然的に初対面の人と話さないといけない。

もう一つは、その飲み会がバーみたいなところでの、立ち飲みだったこと。

座って飲む分には、席が近い人ととりあえず話すという感じになる。

でも、立ち飲みということは、

めちゃくちゃ自由に動き回れる。

自由に動き回れるということは、

自分から積極的に話しかけないと、

誰ともしゃべれない。

積極性がないと、自分の居場所がなくなってしまう。

想像してみて欲しい。

そこそこ広めのバーに、

100人近い人達が入り乱れている。

その中の喋ったことある人は5人くらい。

ガヤガヤガヤガヤ超うるさい空間。

発した声は全てかき消される。

まあ、ここまで読んできてわかるように、

こんな状況で、僕が初対面の後輩に、積極的に話に行けるはずがない。

じゃあどうするか？

かろうじて、話せる友達に金魚のフンのようにくっついていく。

そして、僕の友達と新入生が喋っている間に適当に相槌を打つ。

自分からは全く話にはいかない。(いけない)

困るのが、僕のそのサークルの友達は、

わりと喋るほうなので、

急にどっかに行って新入生と話してたりする。

僕は何回か完全に置いてけぼりになった。

さすがに、1人でポーっと突っ立てるわけにはいかないので、

腹いっぱいなのに、料理を何回も取りに行ったり、

別に小便もうでないのに、トイレに何回もいったりする。

そうやて、話す相手がないことをごまかして、
時間をつぶすのだ。

友達にくつつく

↓

友達が消えたら、無理やり時間をつぶす。

この繰り返しが2時間半も続いた。

地獄以外の何ものでもない。

結局この2時間半の飲み会で話したのは、

・「へ〜」「そうなんだ〜」などの相槌。

・名前、学部程度の軽い自己紹介

くらいだ。

多分2時間半の飲み会中、3分くらいしか、

言葉を発してないだろう。

2次会に行った人もいたらしいが、
もちろん僕は行くはずがない。

数人の友達は一人暮らしで、
実家住みの僕は電車で帰らくちやいけなかったので、
飲み会後のわちゃわちゃ感の中で、
スッと幽霊のように抜け出した。

全く喋らなかった飲み会の後、
1人で帰る時の虚無感は半端じゃない。

この時はもう、早く帰って、お布団で寝たいとしか思えなかった。
もちろん、そのサークルの飲み会は二度と行っていない。
今思うと、なぜこんな飲み会に参加したのか、不思議に思う。

とりあえず、この飲み会で、
僕の“コミュカ”、“飲み会”に対するコンプレックスはマックスに達した。
まあ、それでも頑張って生きていた。

このように僕は、
中学時代に自分のコミュカに自信をなくし、
高校時代までは、コミュ障ながら、
仲間に恵まれ、楽しい生活を遅れていた。

大学時代は、うまく話せないことに悩み、
たまに、悲しいエピソードもあったが
特に生きる上では支障はなかった。

しかし、大学3年生になり、就職が近づくと、
自分のコミュニケーション能力のなさが、
とても不安になってきた。

まあ、それもそのはずだ。

就職のために、インターンシップ(職業体験みたいなもの)、や会社の説明
会、にいくつか行って、
すでに社会人になっている人の話はたくさん聞いたが、

「社会人に、コミュニケーション能力はほぼ必須！」

と言う人がほとんどだったからだ。

「コミュカのない僕は、社会に出てもやっていけないんじゃないか。」

「そもそも、僕は社会に必要とされている人間じゃないのかもしれない。」

かなり、ネガティブだが、

実際、そう思うことは何回もあった。

社会人としての、能力はコミュカできまる。

僕は会社に入ってサラリーマンという経験はしたことないが、

想像すれば、なんとなくわかる。

営業職に入れば、お客さんと丁寧なやりとりをしないとイケない。

できなかつたら、会社の利益を損なってしまう。

事務職でも、上司とのやりとりは必須だろう。

上司としっかりやり取りができないやつが、

出世なんてできるはずがない。

インターンシップに行った時の社員さんもそうだった。

みんなハキハキわかりやすく話している。

社員さんのなかには、高卒の人で、僕と同じ年齢の人もいた。

その人の話はすごい面白くて、

僕たち大学生への対応もとても親切だった。

上司の人からも気に入られてるみたいで、

仲良く話していた。

まさに、想像している有能なサラリーマンという感じだ。

めちゃくちゃカッコよく見えた。

普通の人なら、

「僕もこの人みたいな立派な社会人になるぞ！」と意気込むかもしれない。

しかし、コミュカに対して、コンプレックスの塊だった僕は、

そんなポジティブで夢のある考え方はできなかった。

「俺はこの人みたいな立派な社会人には絶対なれない...」

そう考えてしまった。

向上心のないクズみたいな考え方だ。

でも、思ってしまったものは仕方がない。

この時点で、僕は社会人になることを半分諦めることになる。

そして、ご存知の通り、

僕はネットビジネスで生計を立てるようになった。

これを書いている時点では、
なんとか生活できるくらいの月収だが、
その月収が、ほぼ自動で入ってくるようになっている。

「社会人にならないこと」を諦めず、
多少なりとも努力をしてきたからこそその結果だ。

しかも、ネットビジネスをやる上で、
コミュカなんて使ったことがない。

まあ、使うとすれば、
インターネット上のコミュニケーションだけだ。

こんなもの、
声がボソボソしてようが、小さかろうが、
人見知りだろうが、
話すのが下手かろうが、
滑舌が悪かろうが、

何も関係がない。

最悪文字さえ打てれば、

無限の可能性が広がっているのだから。

少し話はそれるが、

コミュニケーションの未来の話をする。

これからの時代は、IT や AI が発達し、

人の仕事はどんどん、機械に奪われる。

そして、その犠牲になるのは、

事務職や作業系の職業だ。

逆に生き残るのは、機械にできない、

コミュニケーションを求められる、

営業職などは、比較的生き残りやすいと言われる。

僕の見解からいえば、

コミュニケーションが必要な仕事は生き残る。

これは正しいと思う。

今の技術では、完全に人間のコミュニケーションに代わる、

AIは開発されていないからだ。

しかし、それなら、

話し上手でアドリブがきくやつが、

生き残るかと言われれば、それは完全に間違っている。

現在は AI が発達すると同時に、

インターネットはどんどん発展している。

だから、必然的にインターネットをうまく使えるやつが、生き残るようになる。

まとめると、

- ・AIの発達により、コミュニケーションが上手い人は生き残る。
- ・インターネットの発達により、インターネットをうまく使えるやつが生き残る。

では、最強なのは誰か？

もちろん、「インターネットでのコミュニケーションが上手い人」だ。

これは、今僕がやっていること(このレポートを書いていること)

そのままである。

インターネット上に文章を書いて、

あなたに、情報や自分のエピソードを伝える。

これは、立派なコミュニケーションだ。

ネット上でのコミュニケーションなんて、

ネットビジネスやっていれば、嫌でも身につくのだ。

だからこそ、僕はネットビジネスを頑張ると同時に、
ネットビジネスの良さをいろんな人に広める活動をしている。

ネットビジネスをやれる人は、
将来生き残る人材になるからだ。

さて、話を戻そう。

僕は自分のコミュニケーション能力に関する、
様々なコンプレックスを抱きながら生きてきた。

そして、将来、コミュ障のままでやっていけるのかと不安だった。

でも、ネットビジネスで稼げるようになって悩みは一気に解決した。

別にお金を稼ぐのに、コミュ力なんていらなかった。

僕がやってきたことは、
ビジネスを学んで、ブログやメルマガ書いて、
しっかりと仕組みを作ってきただけである。

全くもってリアルのコミュカはいらない。
必要なのは、ネット上のコミュカだけだ。

それどころか、ビジネスを始めることで、自分に自信がついた。
自信がつくと、自然に人と喋るのも、楽しくなる。

僕は、コミュカを使わないネットビジネスで成果を上げることで、
なぜか、コミュカが少しだけ上がったのだ。

もっと稼げるようになれば、
もっと自分に自信がつくんじゃないか、とわくわくしている。

最後に簡単に結論だけまとめよう。

- ・僕は重度のコミュ障で、友達も彼女もつくるのが下手だった。
- ・コミュ障がコンプレックスで、将来働くのが不安だった。
- ・コミュカのいないネットビジネスを始めて、悩みは全てふっとんだ。
- ・それどころか、コミュカが上がってすらいる。

以上だ。

ここまで読んでくれたあなたには、

本当に感謝したい。

相当長い文章だっただろう。

正直めちゃくちゃ嬉しい。

自分が恥ずかしくなるくらい、本音で書いてきた。

もし、これを読んでいる人が、
自分のコミュニケーション能力に悩んでいたり、
将来が不安だったりするなら、
そんな悩みを吹っ飛ばして、
自分に自信を持ってもらえることを、心から願うばかりである。

大丈夫。

僕ができたんだから、あなたにできないはずがない。

改めて、ここまで読んでくれて、本当にありがとうございました。

感想はいつでも、お待ちしております。

ネットビジネスで、自由になるためのメルマガもやっています。

興味のある方はどうぞ。

→ [自由に生きるためのメルマガ](#)

感想は、メルマガに返信をお願いします。