

# 失敗を怖がってしまう



失敗を怖がってしまうのが悩みです。挙手率を上げないと成績に響くのは重々承知していますが、発表して間違ってしまったら……と思うと手をあげるのにブレーキをかけてしまうんです。私が2年生の時に発表して、先生に指摘されたことに答えられなくて泣いてしまったのが軽いトラウマにでもなっているのかその時から当てられた時以外発表していません。ほんとに私が弱いただけなんですけど、どうすれば他の人みたいに強くなれるでしょうか。

気持ちわかります!小学校の時、怖い先生がいて、その時はまだ全然発表する方でしたが、ある日発表して間違えてしまい泣いた経験があってその時恥ずかしかった気持ちが忘れられず、発表できないんだよね。失敗を恐れずと言われても難しいよね。まずは絶対これはあつてと思ったのからやってみるといいのかもね。



失敗を怖がっているのは何もあなただけに限ったことではありません。あなたがこんな風になりたいと思っている人も同じような壁を乗り越えてきたはずです。もし、その人とあなたが喋れるような関係であれば、勇気を出して聞いてみるのはどうですか?きっと、乗り越えるためのコツをおしえてくれるはずですよ。頑張ってください!

