

窓

京都新聞 令和元年（2019年）6月26日（水）

気楽に話し 人見知り克服

宇治市・大島 優生（大学生・19）

私は高校卒業と同時に、スイミングスクールでコーチを始めた。子どもや大人のレッスンをいくつか担当する中で、最初は人見知りだったこともあり、どのようか話しかければよいのかが分からなかった。

先輩に相談すると「人見知りの人は、たいてい自分の発言に自信がないんや。何をしゃべってもええのやから、もっと気楽に話せばいいねん」と言われた。私はその言葉を聞いて、人見知りに対して、少し気が楽になった。それから少しずつ、自分から話しかけられるようになり、今では何の抵抗もなく楽しく話せるようになった。そして私は今年の夏、保育園実習に行く。スイミングのコーチで得た経験を生かし、1カ月間頑張りたいたいと思う。そして保育園実習でたくさん技術を吸収して、スイミングで生かしたいと思う。

※無断転載不可