

失敗を受け入れよう

平成 31 年 3 月
立川女子高等学校
カウンセラーだより裏面

私たちはこれまで色々なことに挑戦して、何回も成功してきました。その一方で私たちは何回も失敗してきました。人間は機械ではないので、残念ながら失敗もします。

小さな子どもは、多くの失敗をする中で、色々なことを知っていきます。例えば、遊んでいて転んでしまい、痛い思いをします。初めてハサミを使った時、失敗して怪我をしてしまうことも、よくあることです。こうした小さな怪我を繰り返して、子どもは転ばないコツを学んでいきますし、上手にハサミを使うコツを学んでいきます。



生徒の皆さんもこうした経験を持っていることと思います。若い皆さんは、これからも、まだまだ成長していきます。十分に大人になっていない若い頃には、特にミスや失敗はつきものです。大人と比べるとまだまだ経験が少ないのだから、失敗が多いのは当然のことなのです。

失敗すると落ち込みますし、自分を責めたりします。自分の失敗を受け入れるということは、実はとても難しいことなのです。自分の失敗は「なかったこと」にしてごまかしたり、人のせいにして知らん顔したりする方が、ずっとずっと簡単なことです。「仕方がなかったから」とか「一生懸命やったのに」と、自分の失敗をなかったことにするのは、実は失敗した自分を認めたくないからだと考えられています。「〇〇さんがこう言ったから」とか「誰も教えてくれなかったから」と言って、人のせいにするのは、人のせいにすれば「自分は失敗していない」と失敗を否定出来るからかもしれません。どちらも、一見正論のように見えますが、実は、失敗した自分に耐えられずに、失敗から逃げているだけです。



ところが、人間は失敗しないと成長出来ない生き物です。失敗には痛みが伴いますが、この痛みを乗り越えないと得られない大切なものがあります。それは失敗から学び、やり方を変えて成功する方法を知ることです。最初から成功する人はいません。私たちは赤ちゃんの時、歩くことも自分で食べることも、排泄することも出来ませんでした。大人のを借りて、何度も失敗し、それでも諦めずに頑張ったからこそ、今、私たちは自分の足で歩けますし、食事も出来ます。自分の意思でトイレに行くことも出来ます。自転車の練習も、1回で乗れるようになった人は、ほとんどいないと思います。何度も失敗して転んで、それでも挑戦したからこそ、今自転車に乗れているのだと思います。

もう一つ、失敗から得られるものが挑戦する勇気です。「失敗してはいけない」と思い込んでいると、自分の失敗を受け入れることが出来ないのです、挑戦するのが怖くなってしまいます。逆に、失敗を受け入れることが出来れば「今後こそ」と成功するまで何度でも挑戦する勇気を手に入れることが出来ます。挑戦しなければ確かに失敗はしません。ですが、挑戦しなければ、いつまでたっても、成功を手に入れることも出来ません。失敗を受け入れ、乗り越え、それでもあきらめずに挑戦し続けた人だけが、成功を手に入れることが出来るのだと思います。

