

**T**過去の自分と、今の自分のブレーキになるもの。





日本人の女性は、単独行動を好みません。  
なぜ？

二面性があるのではないのでしょうか？



一つは、古代から本能的に残っている部分。男が狩に出ている間、家庭の安全を守るには、自分一人であるより集団行動を取った方がより安心・安全です。

もう一つは、親も社会も、  
「ルールを守りなさい。」「○○してはだめ。」  
と言って、子供を育ててきたこと。



日本の古来からの文化や風習が、時に自尊心の乏しい子供たちを  
育ててきた。そして彼らは自分たちを守るために「みんなと  
一緒だと安心、安全」という判断基準を持つようになった。



## 若い彼女達が受け取ったメッセージとは...

一人になるのが怖い

自信のない女性は男性に好まれる

一人で決断することは、いじめととられる







日本では「ぼっち」という言葉があるくらい、一人でいることは寂しく、悲しいと思う人が多いです。

学校では、トイレに行くのも一緒、教室移動も一緒、という女子学生が多く、常にグループで行動します。

私の話をしましょう。



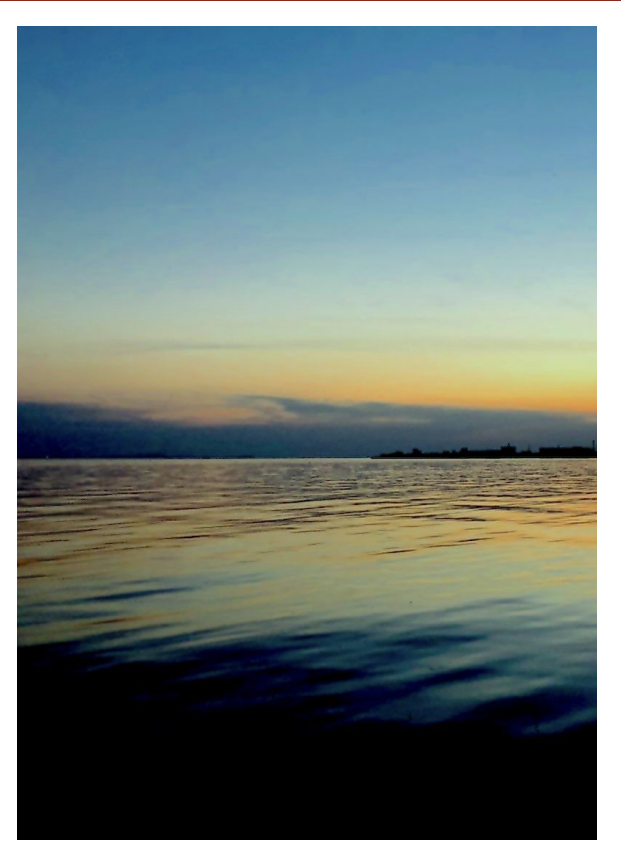
私の場合は中学生の時のボッチ体験がトラウマとなり、今でも自分の行動にブレーキをかけます。

思春期に、グループ関係の苦い経験を誰もがしていると思います。



大人になってからは、  
「みんなと一緒に行動したい」というわけではなく、  
「自分ひとりだけ異質な存在とみなされると、  
自分にとって得にならない」という考えに基づいて  
行動しているようですね。

あなたを引き止める過去の苦い経験は何ですか？



## 二時限目

感情の解放。

自分を許す。

自分を愛する。

大丈夫。大丈夫。大丈夫。



[karinhirayama.com](http://karinhirayama.com)