

Et ole maailmassa ainoa, jolla on sosiaalisten tilanteiden pelkoa. Yksi keino on mennä niihin tilanteisiin ja kertoa, että nyt minua jännittää ja pelottaa ihan tavattomasti. Esiintymään mennessä tätä ei kannata tehdä, se vaikuttaisi hölmöltä. Siihen on olemassa lääkettä, jota lääkäri voi kirjoittaa esiintymiseen. Jännityksestä ja pelosta johtuu se, että soittaa väärin. Melkein jokainen esiintyvä taiteilija jännittää. Vanhemmat esiintyjät ovat vain oppineet hallitsemaan jännittämisen niin, että se ei näy. Kyllä sinäkin opit. Mene kertomaan lääkärillesi, että sinulla on tällaisia pelkoja. Jo se helpottaa! Tämä oli pakko kirjoittaa tänne, koska yritin laittaa sen arvosteluun ja kommenttiin, mutta järjestelmä ei millään hyväksynyt sitä. Koko ajan tuli uusi ja uusi varmennuskirjaimisto, joka väitti, että minulla oli eri kuin annettu. Se on ihan mätä! Ehkä arvosteluja ei näy tästä syystä. Terveisin Airiini