



私は中1ぐらいから人から必要とされていない人間なのかなあと思うことが多々あります。友達もたくさんいるし、家族とも仲は良いのですがなんか私は、別にいなくてもいい存在のような気がして置いてけぼりされた気がして時々苦しくなります。

人の役に立つことをたくさんしたら、いろんな人から「ありがとう」と言ってもらえると思うので、その「ありがとう」という言葉が自分の存在意義を感じることができるきっかけになるのかなあと思います。



私も一年前のちょうど今頃何をやってもうまくいかず、本当に死にたいとか、思ってしまうことがありました。その頃は問題ばっかり起こしてしまっていたのですが、何度も声をかけてくださる先生や、何度も叱ってくれた両親や、ありのままの私を受け入れてくれる友達の存在によってあの時の不安定な心を治すことができました。必要のない人間は絶対にいないと思います。私はこの世に必要な人間だと思えるようには私もまだ思えないですが、自信持ってそう思えるように、一緒に頑張りましょう！



もし、あなたが誰かに必要とされたいと思っているのであれば、あなたが相手を必要としてみてください。相手も自然とあなたを必要としてくれると思いますよ。ボランティア活動を試みるのも良いかもしれません。少し楽になれるはずです。あなたは「別にいなくてもいい存在」ではありません。大丈夫ですよ。あなたには、たくさんのお友達や仲の良い家族がいるのですから。



求めている回答と違っていたら、すみません。

自分が必要とされているかわからなくなったときは、深呼吸をして、気持ちを切り替えて、自分は人に必要とされて生まれてきたなど少しずついいので前向きに考えていったらいいと思います。求めている回答と違っていたら、すみません。



そんなわけがありません！  
じゃあ親は何のためにあなたを産んだのですか？それはあなたが必要とされているからです。誰もが誰かに必要とされています。あまり自信をなくさないでください。  
そのようなことは親には言わない方がいいです。  
頑張ってください！！あなたを必要としている人達のためにも。

