

リストカットについての疑問



この帯中カタリバではよくリストカットの話が上がります。私にもリスカをしている友人がいるのですが、自傷行為の訳がわかりません。苦しみから逃れるために、なぜ痛みを選ぶのでしょうか？紙で切っただけでゾッとしてしまうほどの私にはわかりません。なぜリストカットを選ぶのでしょうか？是非回答いただきたいです。リスカをしている方への失礼な質問、申し訳ございません。

リストカットをするのは、生きたくないけど死にたくないから。自分の存在証明
その人なりの周りへのSOSだと思ってます。



簡単に言うと血を見ることや痛みを感じることで自分は今日も生きているんだなど実感できるから。
痛みに関しては慣れるとなんともなくなってくるけど、血に関してはいつでもでるようなもの。
自分は今日も生きてるんだと思うことで明日も生きれる気がする。(個人的な意見)
痛みでストレスが消える気もします。



まあ結論的には人によってのストレス発散方法の違いのようなものです。(多分)

率直に言うとそういう時期です。年頃の子なんです。やめたいなら刃物をしまう、捨てる、親に預ける、などそれ相応のことをしてみましょう。



自分の場合は痛みで感情を制御しています。最初は微塵も痛くないけど、だんだん我に返ってくると痛みがきて落ち着きます。もうその方法でしか改善できない状態なので末期かもです、



自分の場合ですので、みんなが当てはまるというわけではないと思いますが、回答させていただきますね。

「理解ができない」と思う方も少なくないと思いますが、リスカって痛み感じないんですよね。だから辞めようとも思わずらくて…。気付けばもう傷が付いてて…。みたいなことも少なくないです。リスカで辛い気持ちを抑えてるイメージですかね。こうすることによって気持ち軽くなるんですよね。明日も生きていくために切ってる…みたいな。一種のストレス発散法と捉えてもらっても大丈夫だと思いますよ。

