



最近一人でいたいと思うことが多くなり、先生や友達も含め、かかわるのがいやになってきた。人と会うのが嫌になってきました。どうすればいいでしょうか？先生からも回答をお願いします

一人でいたいと思うこと自体は、悪いことではないと思います。私にもそんな時は、たくさんあります。人と関わるのが嫌になってきたという部分は、ちょっぴり心配です。人という生き物は、人と関わりながら生活するものだからです。大人になった時に、人と関わることから来るつらさがないように、いっしょに考えてみませんか？人は思考の癖があるので「考え方」や「捉え方」を自分でコントロール出来るようになると、そのつらさからも解放させると聞いたことがあります。相談者さんのタイミングで構いませんので「ほっと相談」の方で、私に声をかけてくれると嬉しいです。そうは言っても、人付き合いってなかなか大変ですよ…私の場合は、何もストレスが他からかかっていない時ならいいけど、いろんなものを抱えている時は、人と少しだけ距離を取りたくなっちゃいます。だとすれば、自分の周りの人と自分の問題ではなく、私が抱えるストレスの問題なのかもしれません。相談者さんが心に抱えているストレスの正体にいっしょに向き合えたら嬉しいです。待ってますね。もちろん相談者さんの心が軽くなるなら「カタリバ」で話すだけでも大丈夫です^^



教頭 田中

まずあなたに美輪明宏の名言を！
「孤独とは物事を深く考えるチャンス。友達が多い事は必ずしも幸せではない。」
孤独が悪いわけではありません。孤独だからこそできることがあります。そしてもし孤独に負けたくないならジョン・レノンの名言を！
「君が独りの時、本当に独りの時、誰もができなかったことをなしとげるんだ。だから、しっかりしろ。」
孤独でも勇気を持ちチャレンジしましょう！必ず道は開かれるはずですよ！

