



ずっと〇〇さんが好きで、夜も眠れません♪

青春あるあるですねー！
あまり悪化するとその好きな人と今後いい関係になることができないことになるので睡眠を取ることは大事です。
すぐ眠れるようになるには、僕は、中一ですが、志望校があるので、夜遅くまで勉強して机の上で寝たりしますが、ある程度眠くなったら寝るというスタンスがいいと思います。
僕は、4時間睡眠ですが、授業に集中できてますよー



いいことだと思いますよ^_^



僕は〇〇さんのことが好きです。考えていてもどうしようもないので気持ちを伝えてみてはどうでしょうか！そうすると相手の方と気持ちが通じ合って今よりさらに関係が深まるかもしれませんよ。告白というのは勇気があることです。でも告白をせずにもし、他の人とその人が付き合ってしまったらと思うと、もっと寝れなくなってしまうませんか？他の人はそこで勇気が出ないものです。付き合うということはどちらかが勇気を出したということです。それがあなただけだと思えば少し気が軽くなりませんか？そもそも恋をするのは自然なことなので悩む必要は無いと思います。その恋応援します。よりは寝たほうがいいですよ笑



第二次成長期に睡眠を取らないのは不健康なので今すぐにでも寝ましょう。



その気持ちわかります！
自分は男なんですけど、好きな人のことを考え始めると止まらなくなっちゃって夜も眠れませんよね～寝るときはたまに「好きな人のいいところを5個言う」ということをしています(めっちゃきもいなW)
僕には応援しかできないけど頑張ってください！

