



最近家族に言いたいことが言えません。そのストレスが溜まりすぎて楽しいがわかりません。楽しいのは幸せですか？ 教えてください。

私も家族に対して本当のことが言えなくて元気な自分を演じてしまいます。自分も今頑張ろうとしています。言い方悪いですが、学校の先生や兄弟、その他の大人も使って一緒に家族に気持ちを言ってみる練習をしてみてください。一緒に頑張りましょう。

