



カウンセリングを受けたいのですが、毎日習い事などで忙しく親にカウンセリングを受けることを言ったりをしたくないのでこの場を借りたいと思います。とても重い話になるかもしれませんが、まず単刀直入に言いますと自分は、自分の身体に違和感を感じます。体がむずむずするとかそういうのではなく、心と性別が一致しない、ということです。自分がこれに気づいたのは思春期に入る少し前あたりの時期で、今まで考えなかった自分の胸がどんどんこれから膨らんでいくという事実を知りどん底に突き落とされたときです。自分はその時から自分の性別についてずっと悩んでいたのですが、最近テレビで・トランスジェンダー・についてや・同性愛・についてのドラマ、ニュースなどが報道され、親に理解してもらえたらこのことを話そうと思っていたのですが、母には(自分)ちゃんこんなにならないでね、と言われてたり、父には多分冗談で言っていると受け止められている現状に至りました。自分は心はしっかり男なのでたまに心が疲れすぎた時自分の身体を触ってしまいます。そして自我に戻ったあと自分がものすごく気持ち悪く感じます。クラスで話す時も女子は抵抗あるので男子と話します。でもそうしたらクラスで誤解が生まれ、小賢しいイジメのようなことをされて、イジメはどうせなら正面から言ってきてほしいと思ったりしてて全然問題ないんですけど、僕には数年前からずっと同じ好きな女の子がいるので、その子を裏切ったようで苦しいです。しかも、その子とはクラスも去年に続き遠くて辛いです。長くなりすぎたのでこちら辺で話は切りたいと思います。ほんとはカウンセリングで沢山話したいんですが、カウンセリングした情報は相談相手様にのみしか教えたくないの、そこらへんどうなのか教えていただきたいです。今までいろんな言葉を聞いてきましたが何も刺さりません。今話したのは自分が思ってることの三分の一くらいです。よければ沢山の共感や励ましの言葉が欲しいです。ここまで読んでくれた方、ありがとうございます。

まず最初に、ここに相談してくれたことにとっても感謝しています。本当に本当にありがとうございます。相談者さんが思っていることや感じていることを伝えてくれたことに感謝でいっぱいです。自分の心の中を伝えるということは、とてもパワーがいるものだし、勇気も必要です。そのような力を持っている相談者のことを尊敬もしているし、変な表現になりますが「かっこいい」とも感じています。心と身体の性の不一致の相談は、今までに直接何度も受けたことがあります。

ひとつははっきり言えることは、不一致なことはおかしなことではないということです。とやかくそれを感じる人がいるとすれば、それはそういった世の中の方がおかしいのだと思います。知識や理解がない人たちが残念ながら、世の中にはまだいるかもしれません。もっと、このことを世の中に広めることも大事だと思います。そうすると知識を得て、不一致なこともあたりまえだと思う人が大勢になっていくでしょう。

今、大多数の人が正しいと思っていることもそうでないことだってあります。世界には戦争を仕掛けている国がありますが、なぜ止められないか…それはその国の大多数の人戦争はやむをえないと考えてしまっているからです。戦争はやむを得ないなんて、私は間違っていると思います。その国の人の中には、戦争はダメだと思っている人もいます。しかし、その数は少数です。ですが、その少数の方が正しいことを言っている時があります。

さて、話をもとに戻します。相談者さんが嫌だと感じているのは、ひょっとすればその大多数の方の感覚が常識と感じてしまい、自分の抱いた感覚の方がおかしいと思わされてるからかもしれません。相談者さんは、絶対におかしくありません。自分を嫌だと感じる必要は1ミリもありません。相談者さんは、自分の気持ちをまっすぐ伝えることができる素敵なお人。このことだけが事実です。

帯山中にはカウンセラーの方もいらっしゃるのですが、こっそりカウンセリングを受けることもできます。相談内容は相談者さんが嫌な場合は、担任の先生や親など周りには知らされません。保健室の先生でも私でも誰でも良いので、カウンセラーの先生と話したくなったら、いつでも連絡ください。

ちなみに!!実は私も、公認心理師というカウンセラーの資格を持っています(笑)カウンセラーの先生方に比べたら、全然力がありませんが、話を聞いて相談者さんの心を受け止めることはできます。相談者さんのタイミングで構わないので、私も頼ってもらえれば嬉しいです。

過去に、「おびぶろ」で今回の内容に少し関わるお話も書いていますので、二次元バーコードを次のページに載せておきますので、そこから読み取って通信を読んでもらえると嬉しいです。あと、カウンセラーの先生との動画も帯山中のホームページにあるのでそちらも見てもらえると嬉しいです。

相談者さんがお話しをしてくれるのをいつでも待っていますね。



教頭 田中



帯山中progress「おびふろ」第3号
～普通って何?～



帯山中progress「おびふろ」第10号
～自分を閉じ込めないで…～



帯山中progress「おびふろ」第12号
～自分って何者…～



帯山中progress「おびふろ」



カウンセラーの先生との説明YouTube動画

カウンセリングがどうかは知らないんですが、もし良い感じだったら受けるの、やっぱり良いと思いますよ。自分には弟がいるんですが、色々前から友達とあったみたいで、とうとうこの前学校行きたくないって言い出したんですよね。それで親がとある精神科の病院に予約して、カウンセリングっぽいのをしたらしいです。弟は、思考が歳に比べて少し幼いらしいです。だから言うならば、大人数の思考とは少し違うということです。なにか、それについて名前がついたわけではないですが、そう言われたそうです。…それで、弟は今、学校行ってるんですね。まだその病院に一回しか行ってないのに。聞いた感じ、ちょっと楽になったそうです。だから、カウンセリングは結構良いと思います。ですがやっぱり、なにか嫌と思うことがあったらしない、でいいと思います。貴方様が納得できる方法を見つけて、やってほしいです。応援してます。



ためにならないかもしれませんが、読んでください。🙏

(↑ここで文字が終わってました。記録を見ると20分くらいかけて書いてくれてるみたいですね。もしもよかったら、もう一度送ってもらえると嬉しいです🙏 ~教頭 田中より~



私は相談主さんの気持ちを完全にわかることはできないと思うけど、男としての自分をなるべく殺さないでほしいです。自分が自分らしく、自分でいいと認められる場所で、過ごして欲しいです。私がこんなこと言ってもきっと説得感のかけらもないと思うけど、自分を殺して集団の中で存在を消したり、普通であるように振る舞って壊れるよりかはもっと自分を優先して欲しいです。正直言って私も周りから嫌われて、そもそもが皆んなの感性に合わなくて、友達作るためにずっと耐えたりしてみたけど結局バレました。嘘ついて完璧みたいに明るくしてないといけないのかなって今も思うし、辛い時こそ私が笑わないとか抜けないので、今更遅かったりするかもしれないですけど、自分の気持ちが潰れないようにどうしても工夫して欲しいです。きっと難しいでしょうけど、すぐきつい中で忙しく頑張っている時点でもう神だと思うので、自分のしたいように生きて欲しいです。自分語りしまくったりもうほんとにこれでいいのかわからないけど、少しでも楽になっていただけたなら幸いです。ここまで読んでいただきありがとうございます！



同じく自分の体に違和感を覚えているものです。僕の場合は体は女性で心はどっちつかずって感じですね。自分の体に気持ち悪いと思ってしまう気持ち、共感しかありません。僕は母にも父にも話していて、母は一回目はわかってくれませんでした。二回目でわかってもらえました。父は、一回目話してわかってくれなかったのもそれっきりです。友達2人にも話したことがあります。その時は2人ともわかってくれました。けどその内1人は昔「僕」って一人称を使ったら「変だよ。」と言われたのであんまり信じられてません。僕も好きというか気になる女の子がいます。けど逆にこれは自分が女として生まれてきたからこそ話しかけやすくなってるんだらうなと思ってそんなにデメリットは今のところ感じてません。(気持ちを伝えた時のことは不安ですが…)すみません💧自分語りばっかになりました。これは僕の自論なんですけど、普通自分の服を買う時ってこれ好き!って思ったやつを買うと思います。そしてその時周りの人から許可をもらってから買うってことはしないと思います。それと同じように、自分の好きは、誰かに許可とらないと持っていてはいけないものだとは思いません。だから、逆に周りの人が「許可しない!」とか言う方が変だと思ってます。「なーに勝手に決めてんだ」って感じです。

あと、カウンセリングは僕も結構受けていますが、親に伝えず受けることは可能ですよ。僕の場合は授業を抜けて行ってます。だから習い事などが詰まっても、大丈夫だと思います。カウンセリングの話は、最後にカウンセラーさんが「この話はどこまで他の人に話してもいいですか?」と聞いてくれるので、聞かれたくないならその時に言うといいです。僕はこういう性別関係の話は保健室の先生と話してます。もし、2、3年生なら制服の話とかは保健室の先生と話した方がいいかもしれません。(対応してくださるので)

自分らしくなるって大変だけど、一緒に頑張りましょう!また相談してほしいです。僕としても、似た境遇の人の話を聞きたいので😊

