



生きてるの辛いけど死ぬのも怖い、どうしようもない感情に押しつぶされる、もうどうすればいいのかわかんない、授業でみんな分かるのに自分だけ分からないとみんなは出来るのに、って悲しくなる、もういやだ死んでしまいたいなあ、

帯中はうすを利用してありがとうございます。  
自分ではどうしようもない感情… だからこそ押しつぶされそうになるのかもしれないね。自分ではどうしようもないときは、誰かにその感情を預けてもよいのですよ。私でよければいつでも受け取ります。私は、昔から足が遅かったので、みんなからいつも置いていかれる気がしていました。ひけめをずっと感じていました。そんな私でも、何かしらの強みを身につけることができました。コンプレックスや劣等感、私から強みを引き出していったのです。容姿で負けるからこそ、面白い人になろうと思ったし、スポーツができない分、優しい人になろうと思いました。相談者さんも、今の気持ちを抱えているからこそ、きっと相談者さんだけが持つ強みにいつか出会える気がします。相談者さんのタイミングでよいので一緒に考えてみませんか？「ほっと相談」でいつでも待っています。相談者さんの話を聞かせてください。



教頭 田中