



皆さんはリストカットをしている、している人を見たことがありますか？  
また、それについてどう思いますか？いけないことだと思いますか？  
つらいです  
ずっと前のことなのに忘れられなくてももう3ヶ月以上経ってるのにほ  
ぼ毎日夜になると泣いてしまいますこんな毎日終わりにしたい

私も少し疲れたりもう無理やなって思った時は世間に言われて  
いる自傷行為？(爪噛んだり頭の皮膚破れるまで引っか  
いたり)することがあります。私はリスカが悪いことだとは思いま  
せん。しょうがないし。  
私がいうことでもないけど、はぁ無理って思うときに自傷する  
のはしょうがないです。  
私が言える立場じゃないし主さんがどんな状況にいるのかも  
わからないけど一緒に頑張りましょ。



私もリスカをしていますし、周りの人もしている人が多いです。  
普段めちゃめちゃ明るい友達に相談したところ、その子もやってみたいで  
びっくりしました。  
話は変わりましたが、リスカについてどう思うか、私個人の考えなのですが話  
させていただきます。  
私がリスカを始めたのは、テスト前で頭がぐちゃぐちゃになって、親と大喧  
嘩をして妹との差別？みたいなのを感じ始めたときでした。  
最初は痛いのが怖かったのでカッターに全体重を乗っけてぐぐーっと押し  
付けてました。  
でも、本当に何もかもがどうでもよくなって一回だけ切ったことがあります。  
その時はなぜか安心してしまいました。その安心がどこからくるものなのか  
はわかりませんがとにかくホッとしたんです。自分の体を故意に傷つけるこ  
とがなかったのも、その恐怖に勝ったような気がしたからかもです。  
リスカをして出血多量で死ぬケースもあるそうですが、大抵は死なないも  
のなので当時自殺を考えていたのですが、リスカを始めてからはそっちに  
行くようになりました。  
なので、リスカというのは自殺の一手手前のようなものかなと思います。  
(個人の考えです)  
「生きたい」って思ってる人もいます。そこはいろんな考えがあるので  
はっきりいうことは難しいです。  
でも、「リスカは絶対にしないで」ということだけは言えます。  
リスカは依存性が高いです。一回傷ついちゃったからもういいやみたいにな  
ってどんどん傷が増えていきます。  
(回答になっていなかったり、誤字脱字があったらごめんなさい。🙏)

