



最近いきなり泣いてしまう。
登校時や、寝る前に泣いてしまうことが多い(一人の時?)
いつも亡くなった祖母を思い出して自分で自分を励ましている。
でも夜だと、元々寝付きが悪いのに、さらに寝れなくなって寝不足になる。
私は優しい子を振る舞っているが素は自己中でプライドが高い。
だから自分のミスでイラついたり惨めだと思ってしまう。
そしてよく体をぶつけて嫌になって泣いてしまう。
何ならそれがリスカになりかけてきている。

どうしたらいいのか誰でもいいから教えてほしい。

私は昔、寝る前に(実際は生きているけど)母が亡くなったら。。と、そのときのことを考えてしまい眠れなくなる時期がありました。自分だけ起きてるのが寂しい?感じて泣くこともよくありました。なのであった出来事を全部母に伝えてみました。そしたら少し気持ちが楽になったので、誰かに言うてみるだけでも安心できるかもしれません(^-^)/あと私も性格そんな感じですよ笑 優しいと思われるのはいいことだしそのままでもいいと思いますよ!

