

スクールカウンセラーだより

スクールカウンセラー

土江正司

2学期始まりの君の心のエネルギーはどんな感じですか？

満タン100%！という人もいるでしょうけど、20%以下という人もいるかもね。

エネルギーが下がると、何となく自信も下がるので、どうしても人の目が気になってしまうものです。元気がいいときはなんでもないのでね。

ちょっと詩を作ってみました。伝わるといいのですが。

疑心暗鬼

人の目が気になってしょうがない

「誰もあんたのこと変に思ってないって」

友だちは言ってくれるけど、

そういうあんたもたまには思うでしょう

「あの子はちょっとね」って

わかっているんだ、皆気を使ってくれる

本当のこと言ってほしい

疑心暗鬼になってしまう

ごめんよ、ごめんよ、こんな自分で

もっとがんばればいいたろうけど

どうがんばっても、虚しさが埋まらないんだ



人がどう思おうと人の自由だ

人の思いをコントロールなんて、できない

良く見られたいって思ってた

明るい奴と思われたいって思ってた

もちろん今でもそうだけど

暗いときがあってもいいじゃない

それで離れていくならそれだけの人

痛いなあ、痛いよう

でも人のせいにするのはやめたんだ

今は目標もないけれど

好きなことをただ好きでいようって思うんだ