

佳作

自分らしく生きる

広島県 広島市立高取北中学校二年 反田 琴深

人に嫌われないために、自分の本音を隠して周りに無理して合わせた経験がありますか？私は中学に入った頃から、人に嫌われることを恐れ、本当の自分の気持ちや意見にふたをして友達に同調することが多々ありました。友達が悪口を聞いて、自分はそう思っていないのに「あー、確かに…」とか、「わかる」などと言い、否定することができない自分がありました。そんな時、私は決まってそんな自分にごんざりするのです。我慢する度、ストレスがたまり、家で母や姉にいらだちをぶつけてしまう日々でした。

ある時、何人かの友達の間で休日に遊びに行く計画がもち上がりました。ラインのグループができて、最初から私も遊びに行く前提で、話が進んでいききました。しかし私は、平日の部活で疲れていたため、

休日は家でゆっくり過ごしたかったです。話がどんどん進んでいく中、私は内心追いつめられていました。本当は行きたくないのに、断るとみんなに陰口を言われてしまうのではないかと恐怖心が私の中でふくらんでいきました。苦しくなった私は、本音で話せる友達に相談してみることになりました。すると、その友達はこう言いました。

「どうして嫌われることを怖がるの？人からの評価なんて気にしすぎることなんかないよ。遊びを断ったくらいで陰口を言ってくる友達って、その子は本当に友達なのかな。」

あ然としました。私は何も答えられませんでした。そんなこと考えたこともなかったのです。人に嫌われるのを恐れ、自分を隠して八方美人でいるといつか疲れてしまって、本当の自分を見失ってしまうということに気付かされました。

母に断り方の文面をアドバイスしてもらい、グループラインにメッセージを送りました。「えいっ」。送信ボタンを押すのが怖かったけれど、勇気を出して送りました。その瞬間、自分の中の何かが変わった気がしました。自分の気持ちを伝えることができたことが何より嬉しいと思いました。グループライ

ンの友達の反応は、私が恐れていたものではなく、優しく理解あるものでした。ほっとしました。

この出来事をきっかけに、私は少しずつ友達の前でも自分らしく振舞うことができるようになりました。嫌なことは嫌、ダメなことはダメと言えるようになりました。素の自分を認めてくれる友達がたくさんいることに気付き、前より強い自分になることができましたのです。しかし、場合によっては、人に合わせることも必要です。「自分らしく生きる」とは、自分勝手になることではなく、自分の意見を持ち、それを周りに伝えたり、調整したりして、周りとの調しながら生きていくことだと思います。一人一人の考え方や事情は違うので、自分自身の気持ちを知り、人の気持ちも理解できるよう努力をしながら、コミュニケーションをとっていける人になりたいです。