

互いに大切にできる社会を目指して

岐阜市立精華中学校 3年
宮田 咲夢（みやた さくら）

「これからは、もう少し自信をもってください。」

この言葉が、私を変えるきっかけとなった。小学生の時、リーダーとして係活動がんばってきた。仲間と一緒に様々な取組を考え、充実した日々を送っていた。

そんなある日、いつも一緒に活動してきた友達から避けられているような気がしてきた。話しかけても素っ気ない返事。学級活動にも協力してくれない日々が続いた。この時、初めて自分の中で何かが壊されて行く気がした。それは「自信」だった。私はひどい孤独感を覚えた。一人はこんなに寂しいものなのかと。「咲夢ちゃんって、めんどくさいよね。」「何がしたいんだろうね。」かつて、仲が良かった友達にも、自分の悪口を言われているような気がしてきた。「自分が生きている意味って何なんだろう。」

そんなことを考えるまで悩むようになった。ずっと悩んでいた時、ふと手にした本があった。『すべての瞬間が君だった』この本に「もう少し堂々としてもいいんです。自信を持ってください。」と書いてあった。「私なんか、自信を持っていいの?」そんな気持ちで本を読み進めた。ページをめくるごとに涙があふれた。そこには、私と同じ苦しみや悩みを抱えた主人公がいたからである。私は決意した。「すべては私の思い過ごしだ。もっと相手に寄り添ってみよう。自分の思いをぶつけてみよう。」

私は、早速行動に出た。話さなくなった友達にも声をかけ、今の不安な気持ちや、何でも話せるようになりたいという気持ちをきちんと話した。友達の気持ちをもっと理解しようと一生懸命話を聞いた。

それからの私は、目の前の霧が晴れたように気持ちが軽くなり、もっと仲間とか関わったり、自分の気持ちを素直に伝え合ったりできるようになった。これまで私は、自分の価値観を相手に押し付けていたんだと自分を振り返られるようになった。

相手を信じ、思いやりながら、自分の気持ちを素直に伝える。そんな関わりができれば、SNS での誹謗中傷による悲しい事案も少なくなるのではないかと思う。スマホの画面に縛られ、「いいね」の評価の数に苦しめられ、自分の本当の気持ちを出せない。顔の見えない相手と会話し、すれ違いがおこり、いつの間にか攻撃し合っている。そんな関わり方しかできなくなっているのではないか。例えば、友達との LINE のやり取りで、「何で来るの」と送ったとする。「何で」というのは移動手段のことを質問しているのに、相手には「来ないで欲しいのに、どうしてくるの」と誤解されることがあった。このような関わり方は、互いを傷つけ、すれ違いを生み出すだけだ。私は自分の経験から相手を思いやる言葉遣いや何かを発信する前にふと立ち止まって考える大切さを実感している。傷つけ合うのを恐れ、自分の本当の気持ちを伝えられないようでは、何も変わっていかない。むしろ、積極的に伝え合うべきである。相手の立場になって考え、きちんと顔を見て話す。相手の表情や声から気持ちをくみ取る。そんな当たり前の対話をもっと大切にしていきたい。

私が一番伝えたいことは、「自分を大切にすること」だ。色々な人と関わったり、経験をしていく中で、自分自身が嫌いになり、悩み、傷つく時がある。でも、「自分を大切にすること」はとて難しいことだ。自分の生き方や考え方を見つめ直すことで、自分という存在に気づき、自信がもて、大切にできると私は思う。自分の経験や周りの人の話などから、自分が幸せに生きていくことができる生き方を見つめ直してみたい。