

相談室で出会う学生さんの中には、入学までの経緯に何らかの事情があった人がいます。例えば不登校期間を経て学校生活に復帰した人や、何年間か引きこもりを経験した人もいます。人とは違う時間を過ごしてきたことに引け目を感じていたり、大学生活に馴染むために人よりも多くの気力と体力を必要としたりなど、独自の苦労があることも感じますが、

彼らの話のなかに特別に培われてきた視点や思想を感じることもしばしばです。集団生活から得られるものとは異なるものが、一人の時間を過ごす中で育まれ、彼らの中に蓄積されてきたのだらうと感じられます。そしてその熟成された思想や感覚を言葉にし、他者からフィードバックをもらう段階が今訪れているのではないかと、相談を聴きながら思うことがあります。

ところで、先日ヤフーニュースで特集されていた大泉洋さんと米津玄師さんの対談が印象的でした。創作活動に関する話題でお二人は「何もしない時間が無駄じゃないんです」

学生相談室

だより **106**

カウンセラー 森岡さやか

「結局1週間でつくったとしても、その前に何カ月間かうだうだして時間がないとできない」と意気投合していたのです。

何もしない時間に意味を見出すことは本人ですら難しく、周りで見ている人からはなおのことじれったいものです。けれども活動的で生産的な時間だけが人生において意味を持つのではなく、止まっている時間と動いている時間は両輪のようにどちらも不可欠なものと気付かされます。

カウンセラーの役割として重要なのはまず、来談者の自己治癒力が最大限発揮されるようにすることであり、本人の成長を妨げているものを取り除くことだと言われます。

その際に必要な刺激が何であるかを見極めることは難儀ですが、背中を押すばかりでは片手落ちであることは確かです。見えやすい成果だけに注目せず、本人にとっての意味と本人に合ったペースを考えながら相談を進めていきたいと思っています。