

早いもので、春セメスターが終わろうとしています。例年、春セメスターは、新入生の皆さんが大學生生活のスタートを過ごしてゆくお手伝いを心がけています。今年は、学生相談室を見学する機会を提供し、今は縁がない皆さんにも学生相談室を見てもらいました。

学生相談室の利用者は、ほとんどの場合、自ら相談を申し込みます。自ら相談を申し込みという行為は、簡単なようでないかなかなか難しいことです。何か困りごとに直面しても、自分の力で何とかしたいと考える人は多いものでしょう。また、よく知らない学生相談室の相談員には話せないし、話したにしてもどうせ当てにならない、と思うこともあるでしょう。もちろん、そのような気持ちで、自ら踏ん張って困難を乗り越える人はいますし、それは好ましいことです。その一方で、自分で何とかしたいと相談するのをためらっているうちに、自分で問題を抱えすぎて、かなり問題が複雑で大きくなつて解決し

にくくなつてしまふという事態もあるものです。自ら相談するということは、それ自体エネルギーを要することです。

皆さんにぜひ見学を、とお勧めしているのは、相談の必要性を感じるときは、実は自分のエネルギーが切れかかっているかもしれない、そんなときに知らない相談員のいる知らない場所に自ら足を向けることは難しいのではと思うからなのです。ちよつとでも中の様子を見ておいて、相談員の人柄を知っていることにより、相談しやすくなります。

学生相談室  
だより65  
カウンセラー・教授 改田 明子

とところで、初めて学生相談室を見学した人たちの感想は、意外と明るい、意外と居心地がいい、といったものでした。柏キャンパスの学生相談室は日当たりのよい明るい部屋、九段キャンパスの学生相談室は十一階の眺望の開けた部屋。どちらも、落ち着ける部屋であることを心がけています。機会があれば、どうぞのぞいてみてください。