

学生相談室では、毎年春、一年生の基礎ゼミの授業（希望してくださった先生のクラス）に出張して心理教育の授業を行っていきます。心理テストを行ったり、リラクゼーションを取り入れたり、学生時代に出合う様々な心理的課題についてレクチャーしたりなど、いくつかのプログラムを組み合わせていきます。

先日はあるクラスで“他己紹介”を行いました。まずペアを作ってお互いに自己紹介をし、その後みんなの前でその相手のことを紹介するというものです。短い時間の中で、学生さんたちは驚くほど上手にユーモアのあるお話をしてくれました。大人しいけれどこ

んな意外な一面もあるんですとか、一見派手だけど優しい人ですよとか、とてもかわいらしい人ですとか、そんな思いやりのあるプレゼンをしてくれた人もいました。高校の部活で主将を務めていたとか、ある競技の有段者であるとか、意外な特技を持っていることなどを明らかにしてくれた人もいました。



普通に自己紹介をする場では、こういった長所はなかなか出てこないものですが、きつとペアでお話ししたとき、互いに質問をして引き出してくれたのでしょうか。人の良いところを披露しあうお話はとても楽しかったです。

一方、自分で自分の良さをこんなに活き活きと語ることは難しいだろうと思うと切なくもあります。小さな頃はともかく、大きくなれば私たちはとかく反省の弁を述べることはあつても、自慢をすることに控えめになります。さらには意識さえも、自分の欠点や改善すべき点の方に偏つてしまふ気がします。それはあまり健やかなことではありません。

うまくできたら褒めて、成長を見つけたら大喜びして、頑張つたら労って、何かしてくれたら感謝して…そんな小さなお子さん相手なら自然にできた言葉かけを今一度思い出して、お互いにポジティブな側面への注目を増やしていけたらいいと思います。