

皆様初めまして。私は学生相談室カウンセラーの江刺(えさし)と申します。今年赴任してきたばかりですが、この大学の学生さんたちが、ご自身のあり方に向き合い、非常に真剣に悩み考えている様子を見て感じとっています。そんな学生さんたちががんばり過ぎて、心身の不調を生じた際、親御さんとしては、お子さんになんか風に接したらよいのか悩まれる場面もあるかもしれません。見守ることしかできないような状況だったとしても、心配してやきもきせざるを得ない光景を目の当たりにしたり、家族という距離の近さが、かえって話しづらさや聞きづらさを生むこともあるかもしれません。

## 学生相談室

だより **126**

カウンセラー 江刺香奈

ことを思いやりをもって聞いて、そこで受け取った理解を伝えるものです。お子さんが悩んだり、うまくいかず落ち込んでいる様子であれば、「しよ」として闘んだね」「今そのことについて闘ってるんだね」など、困難な状況をなんとかしようとする気持ち自体を肯定的に受け止めることも含まれます。この点が、『褒

める』『賞賛』の言葉とは異なります。人はつい、物事の解決しない面や成し遂げたことに注目を向けがちですが、何か苦しいことを解消させようと、心の中で思うことそれ自体も、かけがえのないその人の姿だと思おうのです。それを自分の親が認めてくれると分かることは、きつとお子さんの心の支えになると、私は考えています。

私たちはそんな学生さんたちの心が健やかであるよう、いつも応援しています。もしお子さんのことや、接し方で悩まれていることがありましたら、ぜひお気軽にご相談ください。