

学生相談室は、よろず相談室で
す。相談室を訪れる学生の典型的
なイメージは、繊細で自分のこ
とを思い悩む姿かもしれません。
ところが、近年はちよつと異なる
状況に触れる機会が増えていて
ように感じます。それは、ご本人
の苦悩が、明らかに生活環境に起
因すると思えるような姿です。よ
くぞこれまでこの環境を生き抜
いてきたと、言葉を
失うこともあります。

学生生活は、緊張
とリラクセスのリズ
ムの中で営まれてお
り、学業やサーク
ル、アルバイトなど
の活動はある程度緊
張の中で頑張るも
の。そして、安心で
きる環境でリラク
スすることでエネ
ルギーを蓄え、また次
の頑張りにつなげることができ
ます。最近目にする生活環境の一
つの特徴は、あるべきリラクセス
空間が損なわれ、生活全体が緊張
感に支配されるような状況とも
言えます。たとえば、リラクセス
の拠点である家庭で過度な生活
管理を受けること。経済的に満た
された環境であっても、本人に決
定権がないことで必要なリラッ

学生相談室

だより 128

カウンセラー 改田明子

クスを得ることは難しくなりま
す。

学生相談室では、そのような環
境を生き抜いてきた人が、自分な
りの人生を先に進めるための苦
悩に伴走します。過剰とも思える
管理にどのように抵抗し、自由な
領域を広げるか。環境と折り合
える点を模索しながら、自分の
ことを自分で決める力が育つて
ゆきます。周囲の環

境は、その人の中に
育ちつつある自由の
感覚に見合った決定
権を洗々ながら譲り
渡してゆくことで、
新たなバランスが生
み出されます。それ
は、たとえば親御さ
んであれば、子ども
が自分の思い通りに
ならないことを受け
入れるということであ

しょう。

そのような環境を生きる学生
には、絶対に大丈夫、どうか
なるよという思いが届くように、
伴走したいものです。世界には多
様な苦悩が溢れています。人の
力が及ぶごくわずかな領域には
誰もが希望を感じることができ
ますように、と。