

長崎純心大学



学生相談室だより

第27号

2014.4.18 発行

学生相談室のご案内

開室曜日：月曜日～金曜日
開室時間：12:00～16:00
場 所：保健センター内

色とりどりの花々が咲き始め、新緑が美しい、さわやかな季節となりました。

新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。新しい生活には慣れてきましたか？ 2年生以上のみなさんは、新しい学年を迎え、気持ちを新たにしていることでしょうか。学生生活の中で、戸惑いを感じることもありますが、焦らずゆっくりとなじんでいってくださいね。悩みを誰かに聞いて欲しいとき、相談をしたいときなど、学生相談室を気軽にご利用ください。

～ カウンセラーからひとこと ～

「自分をみつめる時間」

浅香 佐輝子（木曜日担当）

この春から皆様と同じく大学生になられた方より、先日、お手紙を頂きました。

高校1年生の時に、友人関係の問題で、教室に入れなくなってしまい、1年間、一緒に考え、相談をした方でした。

その手紙の中で、「・・・あの事があったからこそ、自分の悪いところもわかり、直して変わることができたと思います。あの時、辛くて泣いた分、後の2年で笑って過ごすことができました。これから夢に向かって頑張ります！！・・・」と書いてくださっていました。

初めてお会いしたころ、「学校を辞めたい！」と泣いていた方が、自分を見つめ、悩み、懸命に考えた結果、大きなものを手にすることが出来たようでした。妙にツッパッていたあの頃の言葉とは違って、素直で落ち着いた言葉に変わっていました。

自分の苦しいことを相談することは、大変、勇気のいることだと思います。相談の過程も、また苦しいものです。でも、そのあと手にできるものの大きさを考えると、自由に使える時間がある学生時代にこそ、ゆっくり自分に向き合って、いろいろと見つめてくださるといいなと思っています。



あなたにとって、幸せとは？

川浪 由喜子（火・水・金曜日担当）

あなたが幸せと感じるのは、どんな時ですか？「100分 de 幸福論」というEテレの番組で、文学、経済学、哲学、心理学の各分野の先生方が、幸福論を語り合っていました。各先生方の幸福観は、「幸福とは、断念後の悟り」（文学）「ひとの痛みがわかること」（経済学）「本当を確かめ合うこと」（哲学）「愛する人の幸せを願うこと」（心理学）ということでした。その言葉に至るまでのプロセスをご紹介できないのが残念ですが、それらをまとめて、「自分へのこだわりから解放されて、人のことを考えるところに本当の幸せがある」と言われていました。皆さんは、これを聞いて、どう思いますか？ 青年期の課題は、自己確立なので、自分にこだわることが普通ですし、自分だけの幸せを考えてしまいがちかもしれません。実は、「自分へのこだわり」から解放されるためには、まず、「自分へのこだわり」というプロセスが必要であり、自分を向き合うということが大切です。自分と向き合うことはきついことも多いですが、皆さんも学生相談室で、自分を見つめてみませんか？



『飼い主孝行の愛猫！？』

瀬頭 りつ子（月曜日担当）

去年の出来事です。少し切ない話なのですが、飼っていた猫が2月22日に病気で天国に旅立ちました。とても可愛がっていた猫だったので、しばらくの間は涙が止まらず、寂しい気持ちで生活していました。ある日、ふと考えて、気付いたことがありました。その猫が亡くなった2月22日は、何と！『猫の日』だったのです！私は忘れっぽい性質なのですが、『猫の日に天国に旅立った、と覚えておけば、その日を忘れることはないな！』と思いました。その猫が忘れっぽい飼い主のことを思いやり、猫の日に旅立ってくれた...なんてことはないのでしょうか、そんなことを考える中で、私にとっての『愛猫の悲しい旅立ち』が、少しずつ変化していったような気がしました。

長い人生の中には、嬉しいことや楽しいこともあれば、辛いことや悲しいこともあります。ただ、辛いことや悲しいことも、捉え方が変わるような何かに気付くことによって、人生というストーリーの中での描き方が変わるのだな、ということ、愛猫の旅立ちによって気付いたような気がします。いよいよ新年度が始まりましたが、様々な経験を通して、みなさんがそれぞれのストーリーを描いていけると良いですね！

