

## 応援します 君のキャンパスライフ

— カウンセリングルームのご案内 —

### 保健管理センター心理相談室 総合科学部学生相談室

新入生の皆さん、ご入学おめでとうございます。広島大学に入学されたご感想はいかがですか。

ところで、いま君の心とからだの調子はいかがですか。長い受験生時代を終えて待ちわびた春が来たというのに、なぜか気分がすぐれないという人はいませんか。そういう人がいたら、ぜひ私たちキャンパス・カウンセラーを訪ねてください。

私たちカウンセラーについては、「学生便覧」の「保健施設及び相談施設」というページや各学部の掲示板に貼ってあるポスターでおおよそのことがわかりますが、ここではもう少し詳しく紹介させていただきます。

広島大学では、保健管理センターの「心理相談室」に3名、総合科学部の「学生相談室」に2名、計5名の専任カウンセラーがいます。私たちカウンセラーに持ち込まれる相談内容は、実に多種多様です。新入生に最近目立つものをいくつかあげてみましょう。まず、転科・転学部や再受験の相談があります。とりあえず入学したものの、これからの自分の進路に不満や疑問を持っている人たちの相談です。実際には転科・転学部はかなり困難な状況にあります。私たちと一緒に考えていく中で納得できる方向が見えてくるものです。また、最近では宗教への勧誘やキャッチセールスにつきもののトラブルに巻き込まれての相談もあります。これは、親元から離れて心細い思いで過ごしている新入生がおちいりやすい落とし穴です。問題がこじれないうちに早めに相談に来てください。さらに、中学生や高校生と同じように「登校拒否」を起こす大学生も少なくないのです。このような場合は、

悩みを抱えている学生本人だけではなく、その父兄の方や友だちも心配して相談に来ます。周囲が手をこまねいて見ているよりも、身近な人が私たちカウンセラーを訪ねることはとても良いことだと思います。

それでは、相談したいとき「学生相談室」と「心理相談室」のどちらを選べばよいのでしょうか。どちらも、全学の人々を対象としており、受け付ける相談内容にもとくに制限はもうけていないのです。ですから、どちらを利用してもらってもいいのです。ただ、興味深いことに、皆さんの先輩の利用状況を見ると、学生諸君が二つのカウンセリングルームを上手に使い分けているようです。つまり、「学生相談室」には、転科・転学部などの「修学・進路」の相談が多いのに対して、「心理相談室」には「登校拒否」などの「心の健康相談」が多いのです。「学生相談室」のカウンセラーは総合科学部の教官として一般教養課程のカリキュラムにくわしく、「心理相談室」のカウンセラーは医務室の精神科医と密接に連携プレーをしていることを考えると、とても上手な利用法だと思います。

私たちカウンセラーはひとりひとりの悩みの相談に応じるだけではなく、もっと積極的に自己の内面をみつめたい人のために、「自己表現セミナー」（心理相談室）「エンカウンター・グループ」（学生相談室）などの場も提供しています。「自己開発」をめざすこのような心理学的アプローチについては、その都度案内しますので、興味のある人はぜひ参加してください。

それでは、もう一度。「応援します 君のキャンパスライフ」（心理相談室 児玉憲一）