

## 特集 2

# 豊かなキャンパスライフのために —心の悩み・エイズ・交通安全—

心身ともに豊かで、実り多いキャンパスライフを送るには、現代社会は余りにも多くの危険な落とし穴に満ちている。現代社会の誘惑や危険に漫然と対し、僥倖に頼るだけでは、豊かなキャンパスライフを送ることはできない。危険の実態を知り、積極的に克服してゆくことが求められる。ここでは、新入生の心の健康管理、感染爆発前夜にあるエイズとの付き合い方・特にエイズに対する偏見や差別の問題、そして交通事故の防止について考える。

## 新入生の心の健康管理のために

保健管理センター 心理相談部門

児玉 憲一

### 新入生の悩みの特徴

#### 自分で守る心の健康

心の健康は「自分で守る」ことが原則である。そのために、自分自身をよく知ることが大切である。ここでは、広島大学の新入生の悩みやその背景について述べるが、新入生諸君が自己認識を深めるうえで参考になれば幸いである。

#### 新入生に多い悩み

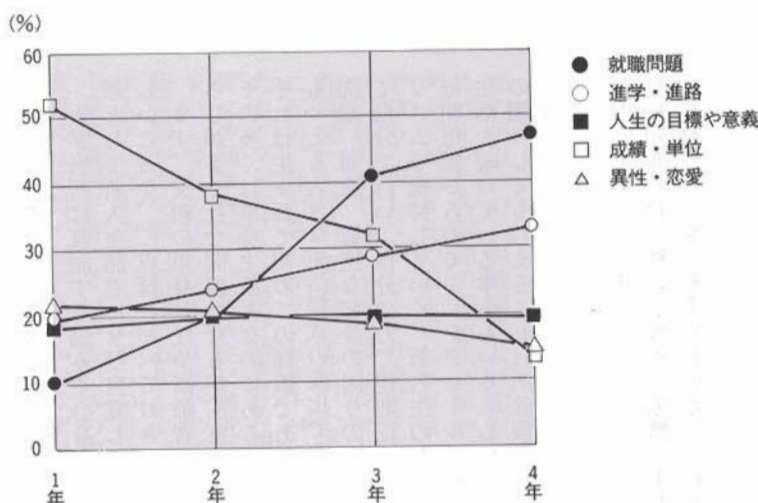
平成二年秋に実施された学生生活実態調査によると、広大生の悩みは図に示すように学年ごとに変化している。「成績・単位についての悩み」(たとえば、果たして単位が取れて進級できるかという不安)「友人・対人関係についての悩み」(たとえば、なかなか友人が作りにくいという悩み)「経済的な悩み」(たとえば、学業やクラブとアルバイト

との両立が困難)などは、一年生では多いが学年が進むにつれて減っていく。それに対して、「就職問題」「進学・進路についての悩み」などは、一年生では少ないが学年が進むにつれて急増する。一方、「異性関係や恋愛についての悩み」(たとえば、失恋の苦しみや三角関係の悩み)「人生の目標や意義についての悩み」などは、学年を通じて変わらぬ悩みごとである。要するに、新入生の悩みには、恋の悩みや生きる意味の探求など青年期独特の悩みで四年間続くものと、大学の単位取得制度や学生生活に不慣れなために生じ、時間が経過し大学の様子がわかればおのずと解消されていくものがある。

### 入学直後の新入生の悩み

#### 不本意入学・再受験願望

ところで、前述の調査は秋に実施されたもので、入学後半年経過している。したがって、



広大生の悩みの学年別推移

新入生も多少学生生活に慣れてきていられる。それでは、入学直後の新入生はどんな悩みを抱えているだろうか。

入学時健康診断で、新入生が記入する問診票の中に、「カウンセラーに相談したい」という項目がある。「はい」を○で囲むと、すぐにカウンセラーに会えるようになっていく。このシステムを利用する新入生は年々増えて、

平成四年度は約六十名となった。新入生の相談内容でもっとも多いのは、「転学部・転学科・再受験」「大学環境・学生生活への不満やなじめなさ」など進路・修学上の悩みである(四四・三%)。具体的には、次のような訴えとなる。「本学を受験したのは一次試験の成績によるもので、実は第一志望ではなかった。親に頼み込まれてしぶしぶ入学したが、できれば来年の春にもう一度他大学を再受験したい。ここでは、友人もなかなかできず、毎日の生活が全然面白くない」いわゆる不本意入学・再受験願望組の訴えである。前述の調査によると、一年生の約三割が「不本意入学のために転学部・転学科や他大学への再受験を考えたことがある」という。したがって、相談に来た学生は新入生のなかの不本意入学・再受験願望組のごく一部にすぎないことになる。

本学では、転学部転学科が非常にむずかしい、残された道は再受験しかない。しかし、カウンセラーに相談してきた再受験願望の学生のなかで、実際に翌春再受験する学生はそれほど少なく、無事念願の大学に合格する例はさらに少ない。なぜならば、再受験するにはあらためて受験勉強に取り組み今年以上の成績をあげねばならない、本学への入学を喜んで親を説得しなければならぬ、受験に失敗し本学の一年目の単位もほとんど取れない可能性もあるなど、厳しい現実と直面しなければならぬからである。したがって、意欲

と明確な目的意識と親の理解に恵まれたごく一部の学生は例外として、再受験願望組の多くは大学・学部・学科への不満をカウンセラーにぶつけたあと、理想と現実の折り合いをどうつけるかを考え始める。その結果、本学で学べることが思ったより多いことに気づいていく。なかには、クラブ、サークル、アルバイトなどが楽しくなると、入学当初の悩みはどこかへふっとんでしまったように見える学生もいる。

### 精神症状と心身症状

新入生の相談で次に多いのが、「特定の精神症状や心身症状」の訴えである(三四・四%)。具体的には、気分が沈む、人の中に入ると緊張感が強くなる、夜なかなか寝つけない、食欲がない、緊張すると頭痛や腹痛がするなどである。このような訴えをする新入生には、二つのタイプがある。第一のタイプは、高校時代から神経症や心身症に悩まされておられ、大学に入学したからにはしっかり治したいという治療意欲を持って来談する学生たちである。このような学生に対して、本学では学内外の相談機関と連携して援助的ネットワーク体制を整えている。

第二のタイプは、それまで精神症状や心身症状とはまったく無縁だったのに、入学後に心身の不調に悩まされる学生たちである。彼らは、大学という新しい環境や親元から離れたの単身生活への適応がうまくいかないため

に心身の症状を呈しているのである。多くの場合は、時間の経過とともに消失する一過性の反応である。ただ、なかには精神科医による診察を必要とし、慎重に経過を見守る場合もある。

### 新入生に自覚しておいてほしいこと

#### 人生初めてのひとり暮らし

入学当初に直面する悩みや心身の不調の背景として新入生諸君にぜひ自覚しておいてほしいことを、二点ほど述べておきたい。

まず、父親の単身赴任や高齢者のひとり暮らしがよく社会問題となるが、実は大学生もその多くは単身生活者なのである。しかも、それは生まれて初めての経験であり、人生でもっとも大きな生活様式の変化である。食事、洗濯、掃除、買物など身の周りの世話はずべて自分で行い、自分の力で規則正しい生活のリズムを維持していく。新入生のなかには、毎朝母親からのモーニングコールで目覚める生活を続けている学生もいるらしいが、遠方の親にしてもらえることは所詮限界がある。「遠くの親戚よりも近くの他人」の諺どおり、同じ境遇の友人をつくるのが何よりも心強いものである。要するに、大学入学＝一人暮らしの始まりは一種の心理的な危機であり、その危機を無事乗り越えられるかどうかは、そ

れまでどの程度親離れが進んでいたかによる。したがって、この時期は人生におけるひとつの心の総決算期とも呼ぶことができるだろう。

#### 西条キャンパスでのスタート

今年の新入生の六割は、西条キャンパスで学生生活のスタートを切る。私たちはこれまで、東千田キャンパスから西条キャンパスへ移転した学部を対象に、西条で、キャンパスに移ったことで学生が何を、何を失ったかを調べてきた。西条キャンパスは、自然に恵まれ勉強には最適な静かな環境が保証されている。しかし、西条キャンパスの周辺には若者に刺激を与えてくれる文化施設や気分転換できる娯楽の場所が少なく、いまだ学生と地域社会の人々との人間的なつながりも薄い。多くの学生は、半年も経てばこのような環境にも慣れてあまり強い不満を抱かなくなる。しかし、人間関係が苦手な学生は広島地

## 応援します君のキャンパスライフ カウンセリンググループの御案内

新入生の皆さん、御入学おめでとうございます。広島大学に入学された御感想はいかが

ですか。

ところで、いま君の心とからだの調子はい

保健管理センター心理相談室  
総合科学部学生相談室

区のキャンパスの学生よりも孤立する危険性が高い。したがって、孤立しがちな学生に対しては、教職員としても積極的に援助の手を差しのべるが、学生諸君もそのような友人に対する配慮をお願いしたい。何よりも、人間関係が苦手だと自覚している学生諸君は、できるだけクラブやサークルに所属したり、友人の得られるようなアルバイトを探して、自らが孤独感や寂しさに支配されないように気を付けてほしい。

#### 文献

- (一) 広島大学学生・厚生委員会・広大生はいま  
— 統合移転と学生生活第一回学生生活実態調査。31—34、一九九〇。
- (二) 一円禎紀他・定期健康診断時心理相談の中間的総括と有効性の検討。総合保健科学、八、79—90、一九九二。
- (三) 中丸澄子・大学移転と学生—移転学部の調査から—。広大フォーラム、23(4)、20—23、一九九一。