

皆様こんにちは。いかがおすごしですか？

今月の背景はライラックです。“友情”“青春”が花言葉です。皆さんのお近くにもちょうど今頃、咲いているかもしれませんね。

さて、新しい環境の中で、新たな出会いがありましたね。友達同士の交流が深まるにつれ、それぞれの役割や“キャラ”が少しずつ決まってくるかと思います。周囲の期待に応えたい人、これまでの人間関係を振り返り、新たな自分であろうと理想の自分に近づきたい人、とりあえず素の自分であろうとする人・・・等々、集団にどう適応していくか模索するという体験の真ただ中に、今、多くの皆さんがあることでしょう。

この役割や“キャラ”が自分が望んでいるものとぴったり一致していれば居心地が良いのですが、時には「本当の自分ではないんだけどな」「このキャラ疲れたな」などの違和感を覚え、苦しくなることもあるかもしれません。そんなときは無理をしない。そして思い出してほしいのです。

一つのコミュニティでの役割・キャラだけが、あなたらしさではありません。いろんな“自分”があってよいのです。また役割や“キャラ”が、本当の自分を包むベールとなることで、傷つきを防いでくれたり、話題を共有できたりと、大切な適応戦略のひとつでもあります。

迷ったり悩んだりして自分を振り返るプロセスが、アイデンティティを確立する時期にある皆さんにとって、とても意味のある大切な作業です。

とはいえ、迷ったり悩んだりという作業は、一人ではなかなか大変な大仕事です。そんなときは、学生相談室でひとやすみしませんか。電話やリモートでも結構です。お待ちしております。

※学生相談室は本学に在籍している学生であれば誰でも利用できます。

※小学校、中学校、高校にはスクールカウンセラーが相談にのる日があったように、  
大学では学生相談室がスクールカウンセラーの役割を担います。

※お金はかかりません。相談方法は対面、電話、リモートから選択できます。

※学業、家族や友人・交際相手との関係、進路等、相談内容は自由です。秘密は守られます。

※自主的に予約する人、保健室や授業でお世話になる先生からの紹介で利用する人等、  
相談につながるまでの経路も様々です。どうぞ気軽にお話にいらしてください。

\*\*\*学生相談室開室予定日\*\*\*

5月18日、20日 12:00~17:00

※予約は電話かメールでお願いいたします。

・学生支援課 TEL: 027-329-8140・8141

Mail: gakuseika@ikuei-g.ac.jp

・保健室 TEL: 027-329-8142

Mail: hokenshitsu@ikuei-g.ac.jp

\*開室日等の変更はメールにて連絡いたします。