

学生相談室たより 第21号 2022.9月

皆様、こんにちは。いかがお過ごしですか？
今月の言葉は

「授業中、一生懸命聞いているように見える学生は、必ずしも内容を理解していない。なぜならば彼らのエネルギーは“聞いている”というポーズを作ることに集中されてしまうからである」

～ジョン・ポール・サルトル～

なんとも耳が痛い言葉ですね。

さて、私たちは“周囲からどう見られているか”にばかり意識を向けてしまうと、本来の目的が見えなくなることがあります。注意の総量には限りがありますので、必要ないところに注意がそれれば、注がれるべき場所への注意集中力が低下するのは当然のことなんです。

大事な試合の直前にライバルの動向がプレッシャーだ、次の講義で発表がうまくできるか心配だ、新しいバイトで怒られたらどうしよう、等々・・・

誰かからの評価にばかり意識が向いてしまうときほど、目の前の“作業”に集中しましょう。そのことだけを考えて行動しましょう。評価は後からついてきます。注意の総量を注ぐべきところへ注ぎ込めば、あなたらしく力を発揮できますよ。

それでも迷いや不安が生じることもありますよね。そんな時は学生相談室にいらしてみてください。何か解決のヒントが見つかるかもしれません。

※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

8月2日、9月20・29日、10月4・20日、11月1・22日
12月6・15日、1月12・17日、2月9・14日、3月9・14日

※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。