



学生相談室だより

第36号

2018. 10. 17 発行

風が肌に気持ちいい季節になりました。スポーツ、読書、芸術、純心祭……。楽しみが多い季節です。カウンセラーからのメッセージで新しい何かを感じることができるといいですね。

カウンセラーからひとこと

「ゆるくつながる」

深井 薫 (月曜日担当)

少しずつ、三つ山の木々も色づき始めて、秋の気配が感じられる季節になりました。夏休みが終わってしばらく経ちましたが、大学生活のリズムには慣れましたか？

さて、近年の高齢化に伴い、お年寄りのストレス防止に向けて「ウィークタイズ (弱い絆)」という考え方が提唱されています。ウィークタイズとは、一人の人と強くつながるだけでなく、複数の人と“ゆるくつながる”というものです。皆さんも長い休暇明けで、これまでの友人関係に変化が生じたり、今までの付き合いに気疲れしたり遠慮しがちになるなど、人間関係のストレスで、疲れが出ていませんか？

そんなときは、大学の友人関係やバイト先、地域の人、趣味の世界…など、大学以外の居場所を持ち、いろんな人とゆるくつながって、バランスを持つことも大切かもしれませんね。

また、就活や実習、課題や友人関係など、様々な悩みを誰かに話したいときには、どうぞ学生相談室にお越しください。お待ちしております。

「どんぐりころころ」

川浪 由喜子 (火・水・金曜日担当)

皆さんは、「どんぐりころころ」の、3番、4番の歌詞をご存知でしょうか？私は、知らなかったのですが、人形劇をやっている友人が、「実は、3番、4番があるんだよ。先日、ある保育園で「どんぐりころころ 1番~4番」までを人形劇でやったら、とても、喜んでくれた」という話を教えてくれました。友人も、子どもの頃から、「1番、2番はどんぐりが泣いてばかりだったから、なんか、悲しかった。これで、終わりというのはさびしいな」と思っていたら、自分と同じように感じていた人が投書して、作詞者 (青木在義) が、3番、4番を新たに作ってほしい」ということでした。私も3番、4番を教えてもらいましたが、ほっこりした温かい気持ちになったので、皆さんにも、ご紹介したいと思います。

「③どんぐりころころ、母さんが夕焼け小焼けの池のふち、泣いてる坊やを抱っこして、どじょうにお礼を言いました」

「④どんぐりころころ、それからはやさしいどじょうの兄さんが恋しくなったら、ころがって、時々遊びに行きました。」

この3番、4番の歌詞、皆さんはどう感じられたでしょうか？

「やりたいことはありますか？」

浅香 佐輝子 (木曜日担当)

暑い夏休みでしたが、皆さんはどの様に過ごされましたか？

実習で忙しかった方、バイトに励んだ方、旅行に行った方…やりたい事が思いつかず、なんとなく過ごしてしまった…という方も、おられるかもしれません。

最近の学生さんの中には、「やりたいことが見つからない」というお話も、よく聞きます。

高校生までは、先生や親の言う通り、そして友達と同じ様に、「勉強しなさい」「塾行きなさい」などと、やらなきゃいけないことばかりに追われた方も多かったかもしれません。

しかし大学に入ると、急に自分で課題を探したり、意見を求められたりするため、戸惑われた方や、就職活動中の方では、「やりたいことと言われても…すぐには思いつかない」と悩んでいる方もおられる様です。

そういう時は、まず日々の生活の身近な事から、少しずつ「やりたいこと」を考えていくのも、良いかもしれません。「今日のご飯は何が食べたい？」…

もう少し自分のことを考えてみたいと思われた方は、どうぞ相談室のドアをノックしてみてください。一緒に少しずつ探していきませんか？