

学生相談室ニュース

No.59 専修大学学生相談室

生田 TEL 044-911-1278

神田 TEL 03-3265-6216

《学生相談室員からのメッセージ》



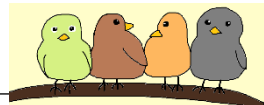
学生相談室のトリセツ

経済学部 角田真紀子

ある夜、7限の授業が終わって教室を出るとエレベーターの前にどこかで見たことのあるような人が立っていました。誰かと待ち合わせかなと思いつつ通り返りようとしたら「先生、覚えていますか」と。そう言われて私は、彼が授業後に残ってはわいわいと話をする学生達の一人だったことを思い出しました。わぁ久しぶりと応えると「10年ぶりに大学に来ました」と笑顔になりました。彼は、大学に来ること自体かなり迷ったものの在学中に話した恋愛の悩みと同じことが今起きているのもう一度どうしても相談したくて来たと言い、私達は20-30分ほど話をしました。彼は悩みがなくなったわけではありませんでしたが、話した後は落ち着きを取り戻して帰っていきました。

さて、皆さんが想像する「相談」とはどんなものでしょうか。解決のためのアドバイスや答えをもらうものと思ったら少し違います。そもそも相談は、すればすぐに解決するというものだけでもありません。悩みがあると誰でも色々なことが見えなくなりがちですが、自分の人生は自分のもので、もし答えがあるとすればそれは自分の中にあるし、そもそも人生や世の中には答えがないものもたくさんあります。学生相談室では、主にカウンセラーが皆さんの話を聴きながら、皆さんが話を整理したりリラックスしたりして自分らしくいること、問題があればそれを解決する方法を見つけることを一緒に手伝います。相談では皆さんが主人公で、皆さんはどんな話をしてもかまいません。何なら悩みがなくても話すことでほっとできる場なのです。

学生相談室は「とまり木」のようなものです。とまり木で少し休んでも良いし、悩みを話したり問題を解決したり、自分や他者を知るのも良いし、これまで歩んできた道を確認したり、遠く先を見渡して次の木に飛ぶためのジャンプ台にするのも皆さんの自由です。学生相談室は、どんなことでも話せる場所、しかも皆さんが自分のために使う時間を提供します。大学にはとまり木がたくさんあります。どこに行けば良いか、何を話せば良いか分からないと思ったら一人で抱えずまずは学生相談室に来てみてください。学生相談室は皆さんの学生生活を応援します。





春・秋の相談コーナー



新学期の疑問や不安に、学生相談室員とカウンセラーがアドバイスをします！！

春の相談コーナー：ガイダンス期間中

秋の相談コーナー：夏期休暇終了後

この期間は予約がなくても対応しています

弁護士による 無料法律相談

消費者契約の問題、部屋の賃貸借契約、アルバイトの賃金未払い、クレジットや借金、交通事故や相続問題などのトラブルに対し、生田校舎で年に数回、本学OBの弁護士がアドバイスをしています。

担当： 弁護士 内田 和利 先生
(こすぎ法律事務所)

対象： 在学生※予約制(1回30分)

※神田校舎では、今村記念法律事務所で行われる専修大学法曹会の無料法律相談会を利用することができます。

※詳細は、掲示またはホームページで

『ラーニングカフェ春・秋』

各種講座

「良いレポートってなんだろう?」「大学教員との上手な付き合い方って?」・・・

皆さん! 大学での学び方にちょっぴり困ったり、悩んだりしていることはありませんか。

皆さんの大学での学びが少しでも豊かになるように「カフェマスター」は応援しています。

『楽しみながら「コミュカUP」講座』

12月は「クリスマスリース」又は「お正月飾り」を作り、その他の月には「浴衣を自分で着つける」「パーソナルカラー」「抹茶を楽しむ」「フラワーアレンジ」などを企画します。

※詳細は、掲示またはホームページで確認してください。

リーフレット

「こんなこと悩んでいるのは自分だけ?」「みんなはどうしているのかな?」など、みなさんの身近なテーマを取り上げて、リーフレットを発行しています。

【設置場所】

生田校舎：学生相談室、学生生活課の資料コーナー、9号館3階、10号館1階

神田校舎：1号館2階、9号館2階 学生相談室前

※ ポータルサイトのライブラリでも リーフレットを読むことができます。



〈バックナンバー〉

- | | | | |
|---------|------------|-----------|--------------|
| 1. 春 | 2. 友だち | 3. 大丈夫? | 4. 恋 |
| 5. 秋 | 6. 大人1 | 7. 大人2 | 8. 目標 |
| 9. 自己紹介 | 10. うつつて? | 11. 不安 | 12. 卒業後どうする? |
| 13. 睡眠 | 14. 価値観 | 15. リラックス | 16. 怒りについて |
| 17. SNS | 18. 飲酒大丈夫? | 19. 孤独 | 20. 完璧主義 |

学生相談室員・カウンセラー紹介

学生相談室員（教員）	
人間科学部	室長 小峰 直史
経済学部	角田真紀子
法学部	小川 恵
経営学部	渡辺 展男
商学部	佐藤 由美
文学部	黒沢真里子
ネットワーク情報学部	石鎚 英也
人間科学部	吉田 弘道
国際コミュニケーション学部	岡村 りら
大学院	渥美 幸雄
法科大学院	大澤 逸平

カウンセラー
生田・神田統括チーフ 光川 利恵
神田チーフ 並木 悠介
阿久津圭祐
池田 佳祐
遠藤 義明
佐々木江利子
清水 真理
宮崎 愛実
生田インターカー 北村まゆみ
神田インターカー 橋本 順子

相談したいとき

直接学生相談室においていただくか、お電話でご予約ください。できるだけその場でお話しをうかがうようにしていますが、予約が入っている場合はそちらが優先となります。あらかじめお問い合わせいただければ日時を設定します。保護者の方からのご相談は、事前にご予約ください。

《カウンセラーから一言》

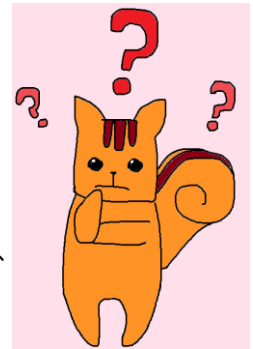
「知りたい」気持ちを大切に

カウンセラー 佐々木 江利子

『チコちゃんに叱られる!』というテレビ番組を知っていますか?5歳児のチコちゃんが、身近で素朴な疑問を大人に投げかけます。大人は疑問にも思わなかったことで、考えても答えられないことばかりです。番組の中では、調べたり検証したり、専門家の解説を聞いたりしますが、答えが出ないこともあります。ここで大切なのは答えを知ることだけではなく、物事に「なぜ?」「どうして?」という疑問を持つことであり、その答えを導き出そうとする過程なのかもしれません。

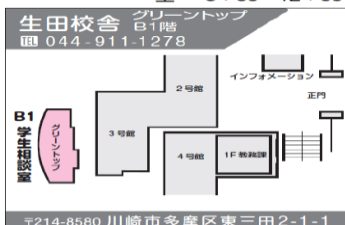
3歳くらいの子どもには、様々なことに対して「なんで?」「どうして?」という質問を、大人にする時期があります。その頃になると、物事への興味や関心が広がっていき、その意味を知りたがるのです。大人はその質問に対して、答えられないことも多いのですが、大切なのは一緒に考えたり、コミュニケーションをとったりすることで、そのことが子どもの知的好奇心を育てていく上でも必要な過程となります。

大学時代や社会に出てからの学びも、与えられたテーマだけでなく、自らが疑問を持ち、知りたいという気持ちを大切にしていかれたらと思います。書物を読むことや実際に足を運ぶこと、体験したり、人に尋ねて話し合ってみたりすること、一つの疑問に対するアプローチの仕方は様々でしょう。そして、そこから得られた知識や物事の考え方が、自分の中で豊かさや楽しみにつながり、今後生きていくものになるかもしれません。



学生相談室案内図

開室時間 月～金 9:00～17:00
土 9:00～12:00



学生相談室案内図

開室時間 月～金 9:00～18:00
土 9:00～12:00

