



学生相談室だより



第4号

2002.10.1 発行

キャンパスを吹き抜ける風が心地よい季節になりました。実りの秋、芸術の秋、読書の秋、食欲の秋……。なんだかワクワクしてきませんか。夏の疲れはさっさと追い払って、いろんな秋を満喫しましょう！

< カウンセラーからのひとこと >

『幸せの種』

先日、庭先でふと下を見ると、小さな紫色の花が咲いていました。たった一輪、誰にも知られず、ひっそりと咲いています。おそらく、何日も前から咲いていたのですが、その時、初めてその存在に気づきました。バラやランのように華やかではないのですが、その“ひそやかさ”に何ともいえず心が引かれて、しばらくジッと見ていました。すると……。なんだか幸せな気分になって、優しい気持ちになっている自分がいました。この瞬間は、私という“存在”とこの花の“存在”がともに“ここにいる”という体験をしたわけですが、子供の頃は、こういう体験をたくさんしていたような気がします。時間を忘れ、「今、ここに存在する」という体験を……。幸せというのは、こういうものなのかもしれません。

不幸には理由があるけど、幸せに理由はいらぬという事を聞いた事がありますが、本当にそうなのだろうなと思います。「幸せの種」は、身近で、とてもシンプルなことにひそんでいるのかもしれませんが。

皆さんも、さがしてみませんか？

川浪由喜子（火・木曜日担当）

『ファンタジーを通して』

NHKのBSテレビで放送されている『十二国記』というアニメをご存知ですか？

主人公は高校生のヨウコ。学校、友人の前、親の前でも常に“いい子”でいたヨウコは、悪夢にうなされる日々が続きます。しかし、ある日突然「あなたは王である。」と告げる者により異次元の世界へ連れて行かれ、訳がわからぬまま、生き延びるために、そこで妖魔といわれる化け物達と戦い続けることとなります。次第に今までの自分は何だったのかを考えはじめ、やがて……。というようなストーリーです。

ヨウコは、あまりの辛さに戦うことを何度やめたいと思うことでしょう。しかし時がたち、正直に今までの自分を振り返ることができた時、戦いは、逃げ生き延びるためから、自ら攻めていく戦いに転じていきます。

自分を見つめ直してみるということは、なかなか難しいことですね。ちょっと勇気もいるでしょう。そういう時、このようなファンタジーの力を借りて考えてみるのも、また一興かもしれません。『十二国記』の他にも、手助けをしてくれるファンタジーがたくさんあります。興味がある方、どうぞ学生相談室を訪ねてみて下さい。

浅香佐輝子（水曜日担当）

『「問題」は前進へのチャンス』

カウンセラーというお仕事をしていると、「生きていくことって大変！」と日々感じさせられます。自分自身のこと、友達や恋人のこと、家族のこと — 色々な「問題」が壁のように立ちちはだかって、どうしてよいのか分からずに、不安でいっぱいになってしまうことがありますよね。

でも、問題が生じることが、必ずしも問題ではないのです。大事なことは、そこからどうやって解決策を見つけて、前に進んでいくかでしょう。解決策が見つからなかったら、立ち止まったり、寄り道したりすることも一つの手段です。真っ直ぐに進むのと比べると、かえって色々な経験ができたり、それまでは見えなかった「何か」に気づくことができたりします。

その時は落ち込んで、後で振り返ってみるとその「問題」には、何らかの新しい変化をもたらす「意味」があったことに気づくことが多々あるでしょう。「問題」は前進へのチャンスです！ そう思えたら、少し前向きな気持ちになれるのではないのでしょうか。

平井ゆり（金曜日担当）

* 学生相談室 *

場 所：S棟4階 博物館の奥

開室日：火・木曜日 12:00~16:00 川浪由喜子
水曜日 12:00~16:00 浅香佐輝子
金曜日 12:00~16:00 平井 ゆり

