

学生相談室カウンセラーから保護者の皆様へ

いつしか桜の季節も過ぎ、新緑の美しい季節になりました。

新年度が始まり、2 か月が過ぎようとしています。保護者の皆様におかれましては、わが子がどのように学校生活を送っているのか、気になっておられる方も多いのではないのでしょうか。特に、家族の元を離れ、寮生活や下宿をしている学生については、これまでのように顔を合わせる機会が少なく、普段の様子をうかがい知ることが難しいのではないかと思います。

新入生は、学業面や生活面、人間関係など、環境の変化が大きいなかで、希望や期待を抱きつつ、戸惑いや不安も感じているかもしれません。また、学年が上がるにつれ、インターンシップや企業説明会などに参加する機会が増え、将来について現実的に考えることも多くなっていくでしょう。さらに、自分自身に目を向けたり、友達や家族などの身近な人たちとの関係について考えたりすることもあるのではないかと思います。学生たちは、実に様々な事柄に直面しながら過ごしており、それぞれにストレスを感じる状況や、自分でもどうしたらよいか分からなくなることもあるかもしれません。

学生には、つらいときや悩みを抱えたときの対処法のひとつとして、知っておいてほしいことがあります。それは、ひとりで我慢せず、信頼できる人に話を聴いてもらう、相談するという方法です。話を聴いてもらうことを通して、自分の気持ちや状態を理解してもらい、受け止めてもらうことで、つらい気持ちが軽くなることもあるでしょう。また、自分では思いつかなかった、ものの見方や選択肢などに気づいて、解決の糸口が見えてくることもあります。さらに、一緒に考えていこうとしてくれる人の存在が、心の支えになることもあるように思います。しかし、友達や家族などの身近な人だからこそ話しにくい場合もあり、誰にも話せずにいることもあるかもしれません。

学生相談室では、誰に話したらいいのだろうと思うようなときにも思い出してもらえるような、安心して、利用しやすい場となるよう心がけています。

また、保護者の皆様にも、日頃のお子様の様子で気になること、ご相談したいことなどがおありになる場合は、ぜひ学生相談室をご利用くださいませ。ご家族と学校とが連携しながら、学生にとってより適切なサポートができるよう一緒に考えていけたらと思っております。

