

4

5

6

1

2020

Spring

7

「対話」からはじまる学び

学生サポートセンター長
学長補佐 経営学部教授
伊藤克容

御入学おめでとうございます。高校と大学で、大きく変わる点は何でしょう。以下の2点に気がつき、もっと早く、上手に「対話(dialogue)」のスキルや習慣が身に着けられていたら、私自身の大学生活は、もうちょっと楽だったかなと思います。

1. 正解はひとつではないと知ること

大学入学まで、クイズ番組や一問一答問題集のように、唯一の正答があると考える癖がついていました。現実の社会は教科書よりもずっと複雑で、見る立場によって正解が異なります。どのような能力が賞賛されるかも、置かれた状況によります。議論の前提や文脈が異なれば、1つの事実をどう評価するか、違いが出てきただらでしまう。

「妻と義母」という有名なだまし絵があります。絵に描かれた人物は、奥に顔を向けている若い女性にも、年配の女性の横顔にも見えます。どちらが間違いで、どちらが正解というものではありません。絵の中に何が描かれているかは、観察者次第です。社会には、いろいろな考え方や世界観があって、そのどれもが正当性を主張しあい、一定の合理性を持っています。自分以外の立場がありうると心に留めておくこと、それぞれの立場に共感できることは、周囲とよい関係を築くのに役立つでしょう。アニメ機動戦士ガンダムでいえば、敵役のジオン公国にも彼らなりの理由、正義があるのであります。

企業経営の分野でも、「リープフロッグ(かえる跳び)」という現象がよく知られています。既存の社会インフラが整備されていない新興国で、革新的なサービスが先進国よりも急速に拡大して、かえって有利な展開になっている状況を指します。技術が進化すると、「持たざる者」が、時代遅れの設備や制度を抱えていない分、より身軽に環境に適応できます。多くの新興国では、固定電話を飛び越えて、スマートフォンが普及しました。既存の制度との調整が不要なため、電子決済、シェアリングサービスがいち

早く浸透しました。マイナスが状況次第ではプラスに転じ、プラスはいつまでもプラスのままではありません。長所と短所は、実は同じ属性だったりします。柔軟な見方ができれば、可能性がきっと広がるはずです。

2.ひとりで解決しようとしないこと

Google Scholarという検索サービスがあります。通常のGoogleはウェブサイトを検索するためにつかいますが、Google Scholarは論文や書籍を検索するに特化したサービスです。最初のページには、「巨人の肩の上に立つ(Standing on the shoulders of giants)」と書いてあります。ひとりで地面に立つよりも、巨人の肩の上に立って世界を見れば、高い視点から、多くの物事が正確に観察でき、素晴らしい眺めを手に入ることができます。ここで「巨人」は、これまでに実施された数多くの研究の蓄積、専門知識を表しています。個々人の置かれた状況は様々ですが、世界に目を向け、過去にさかのぼれば、答えか、少なくともヒントくらいは見つかるでしょう。本を通じて、あるいは、リアルな接点を通じて、様々な、優れた専門家と対話し、過去の研究成果や経験、知見を参考にすることで、自分で悩むよりも、ずっと的確に問題解決の糸口が得られるはずです。あたりを見渡せば、巨人はたくさんいます。自分にぴったりの巨人を探して、肩に飛び乗ってみましょう。

多様なモノの見方を自分のものとし、同時に自己を深く理解するためには、自分および他者との対話が役立ちます。いろいろな活動に参加すること、ひとりの時間を大切にすること、本を読むことは、対話を促す優れた方法でしょう。加えて、もし必要を感じたら、いつでも学生サポートセンターを訪ねてきてください。

充実した学生生活を過ごし、将来、それぞれの進路で活躍するためのよい準備が整うこと願っています。

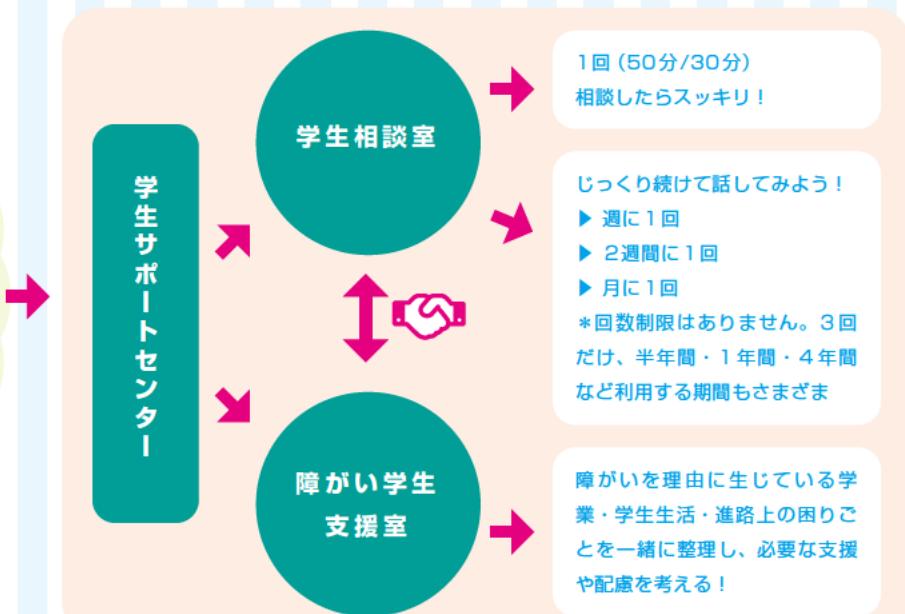
サポセンを知り尽くす！

その1

相談？どうやって進めていくもの？

悩みごと・よりよい自分のために相談してみよう！
自分の障がいについてどんな支援をしてほしいか話してみよう！

相談内容の秘密は
守られます



その2

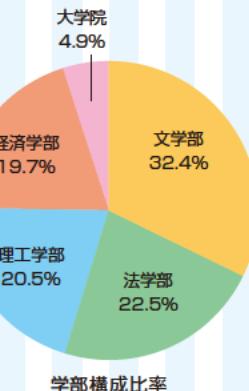
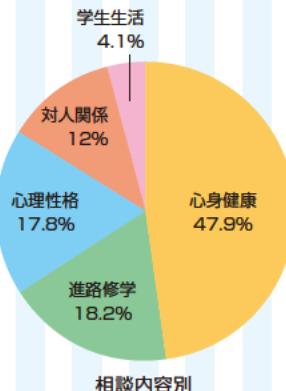
どれくらい利用してるの？

みんな、どんな相談してるの？？

「心身健康」とは、気分の落ち込みややる気が出ない、不安や眠れないなどの相談です。大学入学前から医療機関で「うつ病」などの診断をされている方と、「病気かもしれない」と思い悩んで来談した方、どちらも含まれます。「心理性格」では自分のことがよくわからなくなってしまった（アイデンティティの悩み）、自分の性格を変えたい！と考えている方などです。「進路修学」は不本意入学（第1志望の大学に入れなくて仕方なく成蹊大学に来た・・）とか、学部の勉強についていけない、あるいは合わないなど。部活やサークル、アルバイトでの人間関係や家族の問題など「対人関係」の悩みは多いです。恋愛相談もよくあります！障がい学生支援室では、身体障がいや内部疾患（配慮が必要な身体的な病気）のある学生の支援とともに、発達障がいの診断を受けている学生も少なくありません。学生相談室と障がい学生支援室、両方を利用している学生が多いです。

学生サポートセンター全体の内訳

※2018年度の統計です



サポセシイベント

昨年度の実施報告

サポセンの活用方法は「相談」だけではありません。さしあたって悩みごとは大丈夫！でもサポセンのことを知っておきたい！方にもおすすめのイベントを開催しています。すべて無料で参加できますから、お得で楽しい、そして、ためになるプログラム満載！ぜひ参加してみてくださいね。

5月

らんちょん ミーティング春

- 学部・学年を超えた新しい友だち作りをしてみませんか？
- ランチはカフェ&ホールCOMMichiのおいしい焼き立てパンを準備しています。



6月

ここプロ①ヨーガ

- インド政府公認の先生に本格的なヨーガを教えていただきます。
- 運動苦手？身体が硬い？
ノープロblem！！



10月

らんちょん ミーティング秋



11月

ここプロ②

- 昨年はNHKアナウンサーから病児ケア施設長に転身した内多勝康さんの講演会
- 今年のプログラムもお楽しみに！



12月

茶話会

年末芸術療法イベント?!
知ってた？
ものづくりって心にいいらしい。。。



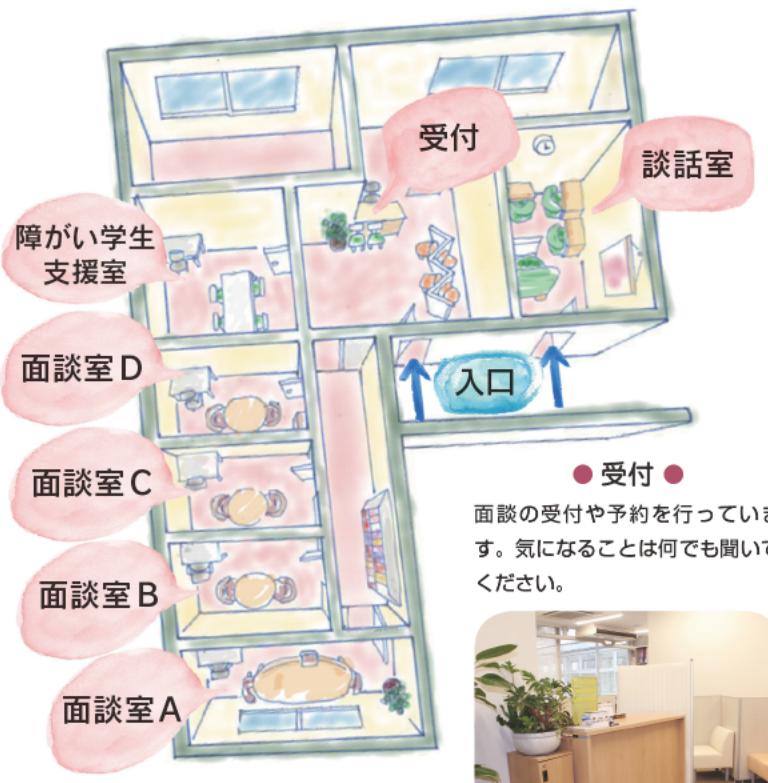
* ここプロ：こころの豊かさのためのプログラムの略称。「ここプロ」って覚えてね！

正課科目「大学生活と相互理解（旧カリ：青年の心と身体）」は、
サポセン専門スタッフも講義を担当しています。

大学生に生じる悩みや課題、大学生活で直面する可能性がある危機に対して、心理メカニズムを理解するとともに、必要な知識を得ることを目的としています。1年生のみなさんには是非受講してほしい講義です。

1号館 2階

学生サポートセンターをのぞいてみよう！



●面談室●

大学生活のさまざまな問題・悩みを解決するお手伝いをします。



本やソファがあり、一息つける場所です。年に1回利用カードに記入すると、誰でもいつでも利用できます。



Have
a
break

1



変化に目を向ける

学修支援コーディネーター
柴田優

春、新しい季節を迎え、身を置く環境に変化が訪れる方も多いのではないでしょうか。

変化と言えば、私は障がいのある学生のサポートを仕事としているのですが、その中で、環境や、人の変化に注目することが多いと感じています。

昨年、国会で、重度の身体障がいのある参議院議員が初登院しました。登院のために行われた変更は、建物内の固定席の撤去、スロープの設置、介助者が同席できるようなルールの改正でした。このように、環境や、共有するルールが変化することで、多様な人々が同じ場で活躍できるようになります。

また、そのような変更を行うことは、人の視点の変化にも繋がります。これは私の体験なのですが、大学で学生のサポートに携わったスタッフの人は、以前こんな出来事があったから、今度はこれが必要かも、と、その人の状況を想像してくださる方が多いように思います。

このように、その場にいる人に合わせて環境や人の考えが変化し、多様な人々が共に生きていくよう工夫することは、私たちが生活する上で大切な考え方の一つです。

みなさんが今いる大学も、多様な人が集まる場所です。これまで周囲にいなかった、新しい価値観を持った人もいるでしょう。色々な人と触れ合って、ぜひご自分の変化の過程を楽しんでみてください。

カウンセラー・コーディネーターからのメッセージ

サポセンスタッフ紹介

カウンセラー



いわたあつこ
岩田淳子
(文学部教授
公認心理師/臨床心理士)

真面目でお茶目。わがままです。
早起きと5分前行動は苦手ですが、仕事大好きなので、よく働きます。



はやしじゅんいちろう
林潤一郎
(経営学部教授
公認心理師/臨床心理士)

やる時はやる！がモットーながら基本マイベース。あまり俊敏ではないものの着実に一步一歩頑張ります!!



やまざき
山崎めぐみ
(公認心理師/臨床心理士)

自然が好きで、人ごみ、高い所が超苦手です。好奇心旺盛。馬好き。当たり前にこだわらない、とらわれない。



みつむね
光宗あゆみ
(公認心理師/臨床心理士)

凝り性。細かな手作業やインテリアのことを考えるのが好き。
500色鉛筆を持っているのが自慢です。



おぎたまい
荻田真衣
(公認心理師/臨床心理士)

よく笑いよく泣く感動屋。公園でのんびり過ごすのも、体を動かすのも好き。
花粉と暗闇と生魚は天敵です。



やないやすこ
柳井康子
(公認心理師/臨床心理士/
特別支援教育士「英語対応可」)

しっかり者のように超天然。趣味は英語の勉強も兼ねた海外ドラマ鑑賞。見始めると止まらないのが悩みです。

学修支援コーディネーター



しばたゆう
柴田優
(公認心理師/臨床心理士)

ゆったりマイペース。しっかりした素敵な大人に憧れますが、まだまだ甘ちゃんです。
コーヒーが元気の源です。

おざあさきこ
小竿顯子
(社会福祉士/介護支援専門員)

しろつきたまみ
城月珠美
(公認心理師/臨床心理士/特別支援教育士)

精神科医



ふくだしんや
福田真也

相談日

月1回 第3水曜日 10 - 13時

相談方法

必ず学生サポートセンターに問い合わせの上、
予約してください。

学生サポートセンターの利用方法

ご利用の際は学生サポートセンターの受付でお申し込みください。

相談は予約制ですが、できる限りその場で応じます。

電話で予約もできます Tel. 0422-37-3807

相談時間 月曜日～金曜日 9:30～17:00
(9:00から開室しております)

場所 1号館 2階

らんちょんミーティング春

2020年5月14日(木)お昼休み

学部・学年をこえて、ランチをしながらおしゃべりしませんか？ランチはこちらで用意するので手ぶらでOK！

おいしい焼き立てパンをつまみながら、楽しく時間を過ごしましょう。

場所：1号館1階コモンルーム 定員：30名 会費：無料

申込：準備の都合上、なるべく前日までに学生サポートセンターに参加希望を、お知らせください。

ここプロ vol.1 ヨーガ

2020年6月10日(水)4限(15:00—16:40)

インド政府公認のヨーガ講師の先生が本格的なヨーガをわかりやすく丁寧に指導してくださいます。

講師：平野久仁子氏

(パドマ・ヨーガ・アシュラム代表、上智大学アジア文化研究所客員所員)

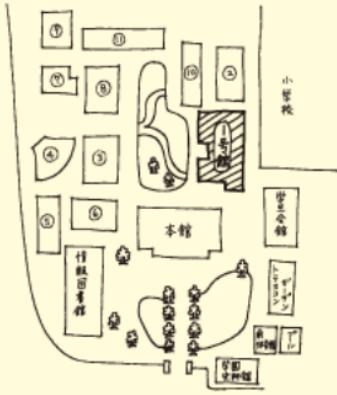
場所：大講堂(予定) 定員：50名 会費：無料

申込：ポータルサイトからお申し込みください

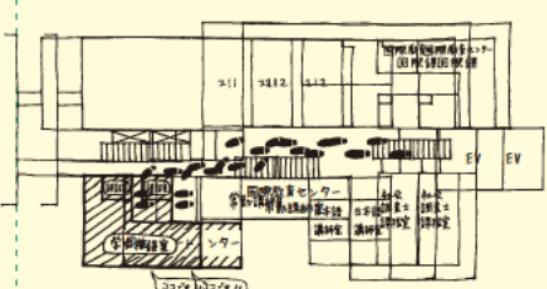
持ち物：ヨガマットまたはバスタオル

※動きやすい服装(パンツスタイル)でお越しください

大学構内



1号館2階



学生サポートセンターは1号館2Fです

成蹊大学学生サポートセンター

180-8633 東京都武蔵野市吉祥寺北町3-3-1

Tel. 0422-37-3807 Fax. 0422-37-3879

www.seikei.ac.jp/university/campuslife/ogcps.html

