

「自分のものの見方を広げる成長のチャンスに！」

新型コロナウイルスを巡る社会状況に関連して、学生のみなさんはどのように受け止めているでしょうか。これまで通り毎日を過ごしている人もいれば、日々不安を感じながら過ごしている人もいるかもしれません。このような時期をどのように過ごしていければよいのでしょうか。

普段とは異なる現在の困難な状況について、まず言うことができるのは、今だからこそ見えてくるものがあるということです。たとえば、自分は将来どのようになりたいかをじっくり考える機会になるかもしれません。家族と連絡をほとんどとらなかった人にとっては電話やSNSで家族と連絡をとることが、家族とのつながりをあらためて見直す機会になるかもしれません。また、受験勉強、課外活動やアルバイトなどで日々目まぐるしく過ごしていた人にとっては、大学生活で何が大切か、あらためて優先順位をつけることができる機会になるかもしれません。これまで毎日を過ごしていく中で、いつのまにか脇に置いたまま忘れていたことや、なんとなく後回しにしていたことを思い出す機会でもあります。

また、未知の状況に対して自分がどう対応するのか、大学や研究分野がどのような役割を果たし、貢献できるのかも、自分の興味・関心や専門領域に照らして考えることができる機会です。さらに、国や地方自治体といった様々なレベルで社会としてどのような対応が適切・可能か、国際社会がどのように動き連帯していくか等について考えることができる状況です。このような実体験を伴うリアルな現実在即して、自分の頭で考えることは、みなさんのものの見方や考え方を広げる機会にもなります。

つまり、今は、どのような自分を作っていきたいのかを改めて問い直し、さらに新たな自分を創造するにはとても良い時機です。これまでの学生生活を振り返り、調整すべきところは調整し、新たな自分を創造する時間とすることができればと願っています。東北大学学生相談・特別支援センターのホームページには、現在の困難に対処するための考え方や心構えや学生生活を送る上でのヒントを新入生向けにQ&A形式で掲載していますので、参考にしてください。

また、直接相談をしたい、話をしたいという方は下記まで遠慮なくご連絡ください。

学生相談・特別支援センターは、学生の皆さんの心豊かな生活をサポートしています。スタッフ一同、在学生の皆さんが充実した学生生活をおくることができるようにお手伝いをしたいと考えております。

学生相談・特別支援センター ホームページ：<http://www.ccds.ihe.tohoku.ac.jp/>

学生相談所(学業、対人関係、心理面等、学生生活に関する様々な相談に対応しています)

TEL:022-795-7833 E-Mail(受付):gakuso@ihe.tohoku.ac.jp

特別支援室(障害等に起因する学業や生活に関する相談に対応しています)

TEL:022-795-7696 E-Mail(受付):t-sien@ihe.tohoku.ac.jp

* 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、現在は、原則として電話で相談の対応をさせていただいております。予約につきましては、電話またはメールにてご連絡ください。

2020年4月9日

学生相談・特別支援センター長 菅原 俊二