

学生相談室を訪ねた—— 『7割強はこころの悩み』 が物語るもの

学生相談室の年間の相談件数は3000件を超えるという。件数の多さは一面で、敷居が低くなった、気軽に相談しやすくなったことの現れ、といえなくもない。が、その7割強が「こころの悩み」と聞いて、やはり驚かざるを得なかった。ひとつとではない、というふうに。学生相談室からみた中大生の「こころの問題」を考えてみたい。

学生記者 滝沢孝祐(総合政策学部2年)

2つの出入口

「人に見られている」という自意識がある意味で過剰だった。こころが敏感すぎたのだろうか。小教室の授業では「周りが常に僕を見てい

る」と感じて、講義が苦痛で仕方なかった。自殺未遂や、大量服薬も繰り返した——。

ある学生のケースである。

誰しもが抱える、こころの問題。

小中学校でも、スクールカウンセ

ラーが配置されるなど、こころの病はようやく市民権を得てきた感がある。

多摩キャンパス5号館・ペデ下の「学生相談課」を訪ねた。出入口が2つある。ガラスドア1枚の表側と、もう1つ、ぐるりと回って裏側から出入りすることもできる。

「表から入ってくる学生は、まあ大丈夫なんですよ。やはり、後ろ口から入ってくる人が多いですね。初めそうだった学生が、カウンセリングを重ねていくうちに表から出ていくようになる。そんな姿に出会うと、すこしホッとするんですよ。ああ、何かお手伝いできたのかな、と」

学生部学生相談課の安藤誠課長はそう話した。

2000年から相談急増

学生が行き来するペデ下のざわざわ感が気にならない。静かな、ゆったりした空気が流れていた。カウンセリングの時間待ちだろうか、「サ

ロン・コーナー」のソファに男子学生が1人。女性職員は電話で長い対応をしている。「ああそう……。それは、そうよね……。いつもの学生からの相談らしかった。

「電話も多いんです。極端なケースでは、自殺するというSOSの電話で、関係機関に連絡して職員も飛び出していったことも過去にはありました」

相談室の相談件数(多摩キャンパス)をみておきたい。04年度は3044件(前年度3224件)にのぼった。相談内容でみると、学業の悩み356件(371件)▽進路の悩み189件(164件)▽こころの悩み2216件(2374件)▽生活上の悩み283件(315件)……。

前年度に比べ微減だが、3000件台の多さは変わらない。経年変化でみると、97年度2000件弱が98年度一気に2600件台にはね上がり、2000年度から3000件を突破するようになった。ちなみに、

理工学部・後楽園キャンパスの03年度の相談件数は407件。

「こころの悩み」がじつに73%（03年度74%）を占める。一方でこれは、他の相談に比べて継続相談になることが多いという事情を考慮する必要がある。いきおい件数としては突出感を与えるが、相談学生の実数でみると「全体の4割でいど」と

いう分析もあるようだ。

学生相談室では、多様な相談を受け付けているのが特色だ。「中大モデル」と呼んでもいい。

「カウンセリಂಗールーム、消費者生活センター、法律相談所などの機能を兼ね備えた、まさに『よろず相談所』ですね。実際に、よろず相談所とアピールするようになってから、



学生相談室は“よろず相談所”。「気軽にどうぞ」と呼びかけている＝多摩キャンパス

相談にくる学生も増加しました。多くはみんな学業の相談という話で来室しますが、じつはこころの悩み、という学生が数多く見受けられるんです。そのためにも、間口を広くしておくことは大切なのかと思います」

「よろず相談所」——最近の学生ははじめ(?)なようで、「先生が講義に毎回遅れてくるのは、理解できない。授業料を返せ」という相談もある

そうだ。消費者意識の高まりからか、

学費に見合うだけの密度の高い対価（授業内容）を求めてくる学生が多い。「休講が楽しみ」だった「駿河台世代」には、一番の様変わりした光景と映るかもしれない。

近年は、保護者からの相談も珍しくないという。

友人関係、

「優れた自己」像との葛藤

相談内容は「友人関係」がやはり多いようだ。たとえば、4月、5月には友だちができないと悩む新入生が多い。「高校時代まで、受動的な友だち付き合いしかしてこなかった証拠かもしれないね。学校へ行くのに疲れてしまったり、引きこもってしまう学生も見受けられますね」

いわゆる「5月病」の通年化、そんな傾向もあるそうだ。「そう、5月に限らない。5月病と呼ばれるのは、ようやく学校に慣れたのに、ゴールデンウィークの連

休で一気に疲れてしまったり、友だちができずに連休を迎え、休み明けに学校に行くのが怖くなった、というものですが、夏休みや冬休みの長期の休みの後にも、この種の相談はよくあるんですよ。休みの多い大学特有の、「休み明け症候群」のようでもある。

学校に1日行くだけでクタクタになつてしまう学生がいる。自分がどうしたらいいのかからなくなる学生もいる。1・2・3年と順調に単位を取得し、あとは卒業を残すのみというときに、将来の自分になんとか自信がもてないと悩んでしまい、卒業を延ばす学生もいる。

「少人数クラスやゼミでの発表が近づいてくると、ドキドキしてしまい緊張して動けない学生もいますね。その背景に、満点を取らなくてはいいけない、というある種の強迫観念があるようです。周りの人間より優れている自分でなければならぬ、という思いを持つからこそ苦しくなる。

劣っている自分を見られるのは嫌、ではなく、ありのままの自分を認めることができれば、より楽しい学園生活が送れると思うのですが……」

進路問題というストレス

先の「多くは学業の相談という話で来室するが、じつはここらの悩み、の学生が数多い」という指摘は、むしろ、それぞれが「ここらの悩み」と接している、と解していいだろう。たとえば、学業の不振からウツウツたる自己嫌悪の穴に沈みこむことだつてあるだろうし、進路・就職の壁にぶつかつて自信喪失や不安心理にここらが引き寄せられることもあるだろう。「ここらの悩み」はそれと不可分の、不定形のモヤのようにみえる。感度のよすぎる「ここらのセンサー」はすぐにも「深い悩み」を招き寄せ、すこし鈍いくらいのセンサーがかえつて「まあいいじゃないか」と一步のところまでブレーキをかける。ひよつとすると、それだけ

の違い……。

たとえば、進路問題。

あるレポートで、奥山修平・前学生相談室長の指摘が興味深かった。

△学業の蓄積や、学生生活そのものによつて達成されるべき人格と自己の能力形成以前に、自分に向いた職業を探すという「錯誤」がさらなる不安を助長する。キャリア意識の形成は重要であるが、学生が抱え込むストレスは相当大きい▽

「学生相談室」からみたもう一つの視点の提起である。

村上龍の職業案内本『13歳のハローワーク』がベストセラーになつたように、否が応でも若い頃から職業を意識させられる。記者は先日、中央大学に入学希望の高校生たちと話す機会があつたが、みな一様に「就職はどうなんですか」と聞くのには驚いた。確かに入学したとたんに、キャリアガイダンスだ、インターンシップだと、どの大学も人材供給機関といわんばかりの現実がある。ど

こか急かたてられていような、追いつてられていような気持ちをも、みんなが抱えているのではないか。おおげさにいえば、うかうか勉強しておれない、そのゆとりを大半がもてない……：大学自体がそんな時代環境の中に置かれている。

「今年は就職状況がよいので相談件数は比較的少ないですが、就職状況が悪いときは、就職についての相談で来室する学生も多い」らしい。

「就職面接で何度も落ちてしまう。なぜだろう？」と、周りの人にたくさん聞きすぎて、自分を見失う学生がいます。そんなときは、本来の自分を見つめ直すためにカウンセリングが有効です。また、面接でちよつとつまずいたら、小粒でよく効くアドバイス。面接で質問に答えるときは、面接者に対して目だけ顔を向けるのではなく、からだ全体を向けるようにしてごらん。それだけでもずいぶん印象が違ふんだよ。そして、笑顔を忘れずに、と」

「資格信仰」も多くの学生を悩ませる。資格試験予備校のパンフレットに曰く、「資格は就職に有利です」。ホントにそうなのか。

「最近は資格取得に走る学生が多いですね。夢や目標があつて、そのためには資格が必要、というのではなく、△資格があれば就職に強い▽ととらえている学生が多いんです。しかし、資格は就職活動の万能薬にはならない。実際に就職活動をしてみて、資格だけでは不十分と知ったときに、落ちこむこともあるんですよ。信じていた彼女に浮気されたーみたいな感じで」

余談だが、マスコミ志望の学生が「文章検定の資格はとつたほうがいいでしょうか」とある新聞記者に相談した。ベテラン記者は即座に言ったそうだ。「記者でもよく書けたときとそうでないときがある。作家だつて同じ。それくらい文章は生き物で、むしろ何を書くかが大切。検定に精出す時間があつたら、大学時

代は本を読んだほうがいい。1冊でも多く、歯ごたえのある本をね」

ある調査によると、資格取得のためにダブルスクールをする学生が最も多いのは中央大学らしい。多摩の大学周辺には3校も資格予備校が存在している。「飲み屋はないのに……」とアンチ資格派の某君はつぶやいた。こころの病とは無縁？



中央と明治の鏡像関係

学生相談室では、明治・立教・法政など私立6大学で学生相談セクションの連絡会を設け、情報交換などをしている。

相談ケースからみると、「中央大学は明治大学と似ている」そうである。

「生死に関わるケースやすぐには解決できないような事例なども似た感じがありますね。概して、今の学生は打たれ弱く、在学中に少しは打たれていくべきなのですが。昔より恵まれた環境で育ってきているために、生命力が弱いのかもしれませんね」

ゆったり感のある相談室内

明治大学と本学は、大学のカラーなどにも似通ったところがある。国公立大や第一志望校に落ちた受験生が集まるのも同様だ。「第一志望の大学に入れなくて、いつまでも悩み続ける学生が毎年いる」

……わかるような気がする。

学部別の相談件数で多いのは、法学部と文学部、だそうだ。

男女比をみると、03年度3224件のうち男2067件、女1157件。男子学生がほぼ倍の数、これは何を意味するだろう。

女子より打たれ弱い？繊細な男子学生？ かつてと違って、全学部平均で女子が3割を超えるようになった華やかな多摩キャンパスの、皮肉な現実、知られざるパラドックスのようでもある。

大学院生からの手紙

「学生相談室では、自分のなかの10個ある悩みのうち、1つを解決できればいいと思っています」と安藤課長は話した。「多くの場合は、何に困り悩んでいるのかわかると気持ちに楽になります。解決方法がわかると、あとは糸口が開けてくることも多いんです」

——冒頭の男子学生はどうなった

か。その後を急いで報告したい。相談室に通う傍ら専門的な治療も受けるうちに症状が改善し、いまでは某大学院に進み研究生生活を送っている。

「彼の場合、優れている自分ではない、また優秀じゃない人間とは一緒にいたくない、という意識が人一倍強かった。カウンセラーが彼に伝えたことは、満点をとらなくても、60点でも50点でもいいという気持ちが大変ということでした。

山登りを考えてみれば、靴ヒモがほどけて少し遅れてしまっても、結局はその日の終わりまでには、先頭の人に追いつきますよね。学生生活もそれと同じなんです。だから、焦る必要はない。世の中、最後は帳尻が合うようにできているから大丈夫。長年ここで学生を見てきて、そう思います」

そんな話をしたあとで、安藤課長は「先日も彼から手紙がきましたよ」とうれしそうな表情をみせた。