

学生相談室ニュース Vol.14

2021年12月・2022年1月号

～生きる目的と人とのつながりを大切に～

早いものでもう師走となりました。昨年から続くコロナ禍で感染予防の行動規制がある中、親しい友人にも会えず、郷里にも帰れない、一人巣ごもりで心寂しい学生生活に打ちひしがれていた日々もあったことでしょう。長期に渡る不自由さの中、学業を続けてこられたのもあなたの強い自制心のたまものです。よく頑張りました。



丁度 10 年前、東日本大震災による未曾有の大災害に私達は見舞われました。大学の近辺でも千葉の銚子で津波の被害を受けました。放射能漏れで外出制限を受けた地域もありました。あれから 10 年。東京オリンピック2020を開催するまで復興してきています。東日本大震災では行政による経済支援はもちろんのこと、多くのボランティアによる人的サポートがありました。医療支援をはじめ、電話相談やティサロンの開催による様々な支援が工夫され、被災者に届けられました。日本各地からボランティアが被災地に炊き出しに来て、温かい食事が手渡しされて被災者の安らぐ表情に、あなたも眼を熱くしたことでしょ。

そう、人は苦境にあって、人との交流といったぬくもりやふれあいが弱った心を強くするエネルギーになるのです。第 6 波に備え、とかく孤立しがちな現在だからこそ人との些細な声掛けでもあなたの心に炎を灯してくれるのです。それに加えて、私達一人一人が生きる目的を持つことが肝心です。目的は個々で様々です。心理学者の Spranger, E は、人がどの領域に文化的価値を置くかによって6つの類型に分類しました。論理的に真理の追究をすることに価値を置く理論型、経済的・社会的地位に価値を置く経済型、美的なことや楽しいことに価値を置く審美型、信仰や道徳に価値を置く宗教型、権力掌握に価値を置く権力型、人の役に立つことや福祉に価値を置く社会型の6つです。これは1例で他にも価値観はあるでしょう。自分にとって最も大切な価値とは何か、じっくり自分と向き合い、再確認する絶好の機会です。個にあっては生きる目的を明確にもち、周囲にあっては友人や家族、恩師や先輩後輩など情緒的サポートを得て相互支援のパイプを強くすることが、コロナ禍を太く生き抜く術なのです。

心と身体に留意して、どうぞよい年をお迎えください。