

カウンセラー自己紹介

わたなべ ともゆき
臨床心理士 **渡部 智行**

はじめまして、今年度の4月より、滋賀大学保健管理センター（彦根キャンパス）に
非常勤カウンセラーとして勤務している臨床心理士の渡部智行と申します。
現在は、火曜日の13時から来ていて、主に1対1のカウンセリングを担当しています。

相談内容としては、単位や授業など学業のことから、サークルや人間関係など日常生活に関すること、自分の悩みや過去など内面のことまで、幅広く受け付けています。

カウンセリングでは、友人や家族に話づらい問題を、専門的な視点から一緒に考えていくことができます。相談いただいた内容は、外部に勝手に漏らすということはありませんので、安心してお話しいただければと思います。特に心の問題というのは、身体的な疾患とは異なり、治療し取り除けば良いとは一筋縄では言い切れないところがある複雑なテーマです。そこには「いかに生きるのか」という倫理的な問題が常に関わってきますし、そういったところも含めて、少しでも皆さんが気持ちよく大学生活を送ることができるようにサポートしていければと思っています。

カウンセリングは何回でも無料で受けることができますので、何か相談されたいことがある際には、どうぞお気軽に保健管理センターまでお電話してください。

私が現代の大学生について特に関心を持っているテーマは、「スチューデント・アパシー」と呼ばれるものです。用語自体は少し古い時代のもものなのですが、大学生の独特の無気力状態を指し示す言葉で、一般的な無気力のイメージとは少し異なり、典型的には、サークルやバイトなどは普通にこなしながらも、なぜか授業には出席できず学業不振に陥っている学生のことを指します。無意識的な将来への不安から、学業といった本業領域から回避してしまうことがその原因であると考えられており、心理的には、生きている実感が希薄になったり、自分のしたいことが分からなくなったりといった問題が起こることもあります。その中でも、自分の弱みを知られることで非難されてしまうのではないかとこの恐れから、誰にも相談することができず、長期的には引きこもりといった深刻な問題に陥ってしまう人もいます。

スチューデント・アパシーの問題に限らず、援助を求めることができずに最悪の結果を招いてしまうということは特に心の問題においては多く起こり得ることです。それには、支援や相談の体制の不備というこちらの問題も多々ありますし、中には信頼できると思った他者に裏切られたという経験があって人に相談できないという方もいらっしゃるかと思います。

ただ、心の問題というのは先ほども述べたように、何か一つの正解があるのではなく、一人一人の生き方に合わせて丁寧に考えていくべきものだと思いますし、時には一人ではなく他者の客観的な視点も合わせて一緒に考えていくことも必要になります。人に頼るといことは決して弱いわけでもダメなわけでもありません。また、カウンセラーは、それに対して叱責したり価値判断を押し付けたりすることは決してありません。

私もこの大学には来たばかりですが、自分自身もカウンセラーとしての学びを深めながら、皆さんの大学生活を全力でサポートしていきたいと思っています。よろしくお祈りします

