

特 集

健康相談から

加 藤 雄 一

毎年4月に、学生の健康管理のための参考資料として、健康個人調査がアンケートによって行われている。そのアンケートの項目の一つに、「死にたくなる」と言うのがあるが、新入生に限って言えば、例年60名ぐらいの学生がイエスと答える。このイエスと答えた学生は、その他の精神的不安定を示す項目の多くにもイエスと答えている。また、精神健康のための面接希望についても、希望すると記載する学生は、大抵70名ぐらいはいる。入学早々であるから、喜びや期待に溢れているはずだが、中には、以前からの不安をひきずって入学してきている学生もこのように存在している。もっとも、こういうアンケートの結果をどう考えるかは難しい。一つは正直に書くかどうかである。もう一つは、このように書いた学生は精神的に不健康かと言うことである。実は、後年精神健康上の問題で当センターを訪れてくる学生において、入学時のアンケートは、むしろ何の問題も感じさせないものが多い。青年期はむしろ葛藤や不安があって然るべきで、それを克服してゆくところに成長もあるし、問題を感じているということは、ある面では問題意識をもっているということ、自分に対して直面しているとも言えるので、精神健康の定義は難しいが、かえってそれだけ人格が成熟しているとも言えるのである。ところで入学後まもなくして、期待して入学してきたが、この頃勉学やその他の活動にも意欲がなくなってきたとか、これを心の中にもって心身の不調を訴えて健康相談にやってくる何人かの学生があらわれてくる。その理由は必ずしも本人にとって明確ではないが、一つは受験勉強という重荷から開放

されたことによる、心にぽかっとあいた空虚感、それから、受験という受身的な枠組の中での勉学から、自由で主体的に活動しなくてはならない大学状況への戸まどいがみられる。また、各大学でのこの状況への検討においては、意に沿わない学科や大学への入学も一つの要因として考えられている。多くの当生は、友人を発見したり、学科に興味を積極的に感ずるようになっていたり、クラブ活動への参加で自己をとりもどしてゆくが、中にはそのままずると、態度を明確にしないまま留年となって、いわゆるスチューデント・アパシー（学業無力症）におち入る学生もいる。

学内には、学生生活上の諸問題についての相談を行う場所として、当センターや学生相談室がある。そこでは、学業、対人関係、将来のこと、性格、家族のこと、心身の不調など、さまざまな事の相談にあずかっている。それほど深刻でないものもあれば、自分を見失うほど根本的な問題もある。この悩みをその後もずっと持ちつづけ、さらに深みにはまってゆく場合もあれば、この危機をのりこえて一段と成長してゆく青年も多い。つまり、このような危機状況を良き体験として自己内に経験化してゆくのであるが、その痛みがあまりに強すぎると、自分を根本的に傷つけてしまう場合もある。危機がポジティブなものとしてとらえられるためには、その痛みを共感的にわかちあえ、そしてその痛みを対処しやすいようにすすめてくれる人が必要な場合もある。それは親友であったり、先輩であったり、家族であったりするわけであるが、またその相談者として、当センター保健科学部や学生相談室の教官がいる。そういう時には、ぜひ、そこを訪れてみられることを学生さん達にのぞみたいと思う。次にその連絡先を書いておく。

総合保健体育科学センター保健管理室

(内線5794, 5796),

学生相談室 (内線3665, 3666, 3520)

(保健科学部教官)