

未曾有の事態により様々な変化と適応に追われる一年でした。今尚落ち着かない日々が続いていますが、再び安心して時間と空間を共にできる日が少しでも早く訪れますように、心から願っています。



映画から人生を学ぶ



心理学では、中学生から大学生くらいまでの時期を「青年期」と呼びます。この間は、子どもから大人への過渡期で、「私は〇〇だ」「これが自分」という「アイデンティティ」を確立していくことが課題とされています。どのような人も青年期以前は、身近な大人である親や教師のものの観方や考え方に多大な影響を受けて育ちます。しかしこの年代に入ると、クラスメイト、部活やアルバイト先の先輩や後輩、読書や音楽やスポーツなどの趣味をともにする仲間たちと、喜びを分かち合ったり、時に傷ついたり、闘ったりする経験を通して、次第に新たな自分なりの価値観を築き上げていくのです。そうして、「これが自分」というものを携え、自分の足で自分の人生を歩むことを目指していくこととなります。

今回は、こうした「アイデンティティ」にまつわる映画を 2 作品ご紹介したいと思います。これらは製作された国も主人公の背景も異なりますが、どちらの作品にも、他者からの期待、自分の信念、立ち足かかる厳しい現実などの間で、自分の進む道を見出そうと奮闘する若者の姿があります。他者との直接の交流を持ちにくいこの時期に、映画から人生のヒントを得るといえるのはいかがでしょうか。また、どちらも観終わった後は清々しい気分になれる作品だと思いますので、気分転換にもおすすめです。

「プラダを着た悪魔」(2006 年製作/アメリカ/デビッド・フランケル監督)

ジャーナリストをめざしてニューヨークにやってきた主人公アンディは、超一流ファッション誌「RUNWAY」のカリスマ編集長ミランダのアシスタントとして働き始めます。仕事に対して尋常ではない厳しさを持つミランダからの指示と要求はまるで悪魔のように横暴です。しかし、アンディは心が折れそうになりながらも必死に努力し、見たことのない世界で活躍していきます。そうした経験の中でアンディが見つけた「自分にとって大切なこと」とはいったい何か・・・まさに自分の生き方を自分で選択する物語です。

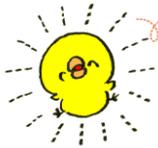
「きつとうまくいく」(2009 年製作/インド/ラージクマール・ヒラーニ監督)

学生たちがエリートエンジニアを目指して日々競い合う、インド屈指の超難関工科大学が舞台です。このキャンパスで出会った、破天荒で熱いハートを持つランチョー、機械よりも動物が大好きなファラン、何でも神頼みの苦学生ラージュの 3 人の男子大学生が、互いに支え合い、刺激を受けながら、学歴・成績至上主義の社会に立ち向かい、さまざまな人生の困難を乗り越えて、大人になっていく様子が痛快に描かれています。

*映画や小説は人生を教えてください。よければバックナンバー(第 82 号)も読んでみてください。

(学生相談室カウンセラー 中谷紫乃)





ココロとカラダを動かそう！

思うように活動することができず手応えがえられない、連日の報道に不安が煽られてしまう・・・、このような時間が長く続くと、人の感覚は鈍くなっていくと言われていています。感覚の麻痺に陥らないように、五感をたくさん使ってこころと身体をのびのびと動かすような活動を取り入れるようにしましょう。朝陽を浴びたり、キーンと冷えた空気を吸ってみたり、窓の外の冬景色を眺めてみたり、ストレッチをしたり、ゆっくり湯船に浸かったり、お笑い番組を見て思いっきり笑ったり、感動的なドラマを見て涙を流したり・・・気軽に取り入れられるもので構いません。こころと身体の動きを感じて、その感覚をじっくり味わってみてください。

(参考：Trauma Research Foundation「ベッセル・ヴァン・デア・コーク博士からのメッセージ新型コロナウイルス感染症 COVID-19 の世界的危機このトラウマ的な状況をいかに乗り切るか。自分のため、そしてクライアントのために。」)



学生相談室のご案内

利用方法

現在は「対面による相談」と「電話による相談」を受け付けています。「対面による相談」は予約制です。事前にメールまたは電話で予約を取ってください。

開室時間

学生相談室は、月～金曜日の9時～17時に開室しています。ただし、1月20日～3月30日は春季休業期間のため、開室時間は10時～17時になりますのでご注意ください。

*感染症拡大状況等により利用方法や開室時間に変更になる場合があります。利用の際は Campus Guide Web 学生相談室カレンダーをご確認ください。

相談スタッフ

中谷 紫乃 (月～金 担当)
安部 美紀 (月・火・木 担当)
金澤 多希子 (金 担当)
三谷 愛 (水 担当)

※全員、臨床心理士です

精神科医による心の健康相談

本学教授の田辺等先生（精神科医）による心の健康相談を行なっています。精神医学的な立場からアドバイスを受けたい方は是非ご利用ください。予約は2日前まで、今年度は電話相談のみの受付となります。希望の方は学生相談室までご連絡ください。

◆◆ 今後の実施予定 ◆◆

12月16日 10:00～12:00

1月13日 13:00～15:00 1月20日 10:00～12:00

《 編集後記 》

漫画「銀の匙」もまさにアイデンティティにまつわる物語です。自分を見つけることを通して子が親を乗り越えていく・・・北海道が舞台のとても素敵な作品です。学生相談室に全巻揃っているので、興味がある方は是非手に取ってみてくださいね。(中)

〒004-8631

札幌市厚別区大谷地西2-3-1

北星学園大学 北星学園大学短期大学部

学 生 相 談 室

相談室直通TEL：011-891-3929

E-mail：gakuseisoudan@hokusei.ac.jp