



「今できること」を柔軟に考える

学部新入生のみなさま

ご入学おめでとうございます。こころよりお祝い申し上げます。

新型コロナウイルスが発見されてから約2年を迎えました。受験に向かう大切な2年間をコロナ禍で過ごされた皆さん、よく頑張ってきましたね。お疲れさまでした。特に、この春高校を卒業された皆さんは高校3年間という貴重な3年間のうちその大半がコロナ禍での高校生活となりました。SNSでは、「高校生活、こんなはずではなかった」「高校生活がまるで空白」「全部コロナのせい」「青春を返せ」といったツイートが相次いでいます。皆さんはこの2年間はどうかだったでしょうか。そして、この先大学生活をどのようなものにしていきたいと考えているでしょうか。

コロナ禍で出来なかったことに目を向ければ、確かにあるかと思えます。その一方で、コロナ禍だからこそ「当たり前」ではなく考えたこと、成長できたこともあるかと思えます。これまでのように当たり前前に学校に行き、当たり前のように友達と話し、当たり前のようにみんなで集まり部活動に取り組む等が出来ない状況で自分はどうするのか、どのように落としどころを見つけるのかという問いに向き合い、一生懸命考え実行した日々だったのではないのでしょうか。例えば、緊急事態宣言を出され部活が出来ないときに、動画でプロのプレーを観ながら、自宅や近所の公園で自主練に励むというものです。

コロナが収束するまでもう少しかかる見込みです。大学生活がスタートしても、社会状況によっては、自分のやりたいことがすぐには出来ないこと（不可能ではないが難しいこと）もあるでしょう。例えば、留学、部活動、ボランティア活動等です。そのような時は、出来ないことばかりに目を向けず、この状況で出来ることは何か、やりたいことをこの状況で行うにはどうすればよいか等柔軟に考えて欲しいと思います。大学教育の学びにおいて「自分（あなた）はどう考えてどう行動するのか」が重要です。これから大学生活が本格的に始まります。この環境の中で皆さんご自身の問いをますます意識し、大切にして、成長していかれることを願っています。そしてその中で、困難やつまづきを感じたり、ストレスや心身の不調を抱えたりすることがあれば学生相談・特別支援センターをご活用ください。

東北大学学生相談・特別支援センターのホームページに、現在の困難に対処し、充実した学生生活をおくるためのヒント集(Q&A)を掲載しています。大学生活をおくる上での参考にしていただければ幸いです。

学生相談・特別支援センター ホームページ：<http://www.ccds.ihe.tohoku.ac.jp/>

学生相談所(学業、対人関係、心理面等、学生生活に関する様々な相談に対応しています)

TEL:022-795-7833 E-Mail(受付):gakuso@ihe.tohoku.ac.jp

特別支援室(障害等に起因する学業や生活に関する相談に対応しています)

TEL:022-795-7696 E-Mail(受付):t-sien@ihe.tohoku.ac.jp

*新型コロナウイルス感染拡大防止のため、電話相談に加えて、ビデオ通話等を活用したオンラインでの相談を行っています。予約につきましては、電話またはメールにてご連絡ください。

2022年4月1日

学生相談・特別支援センター スタッフ一同

