



学生相談室 相談員
商学部教授
藤田 結子



人生は後から頑張ってもいい

大学生になったら、友達をたくさんつくって、サークル活動をして、海外旅行に行って……。去年の今頃、期待でいっぱいだった1年生。コロナ禍で、夢見たキャンパスライフを送れない日々が続いています。落ち込んでいる、やる気が出ない、いろいろな声を聞きます。

そんなとき、無理をする必要はありません。ゆっくり休んだり、関心のあることに没頭してみたりしてはいかがでしょうか。私自身、学生生活が期待していたものと違い、うつになったことがあります。私は小学生の時にアメリカで1年間、マイノリティが多い公立小学校に通い、多様な属性の友人に恵まれ楽しく過ごしました。大人になったらまたアメリカに行きたいと夢見ていました。

ところが、大学院進学のためアメリカに留学したときは、初日から期待が外れました。楽しい学生生活を送りたかったのに、同級生はライバルといったピリピリした雰囲気。アメリカ人の友人もできないし、勉強も追いつかない。精神的にまいってしまう留学生が多く、私自身もうつ病になりました。ある日、学生相談室を訪ねてみる

と、なんと部屋の前に長蛇の列が。字を読むのもつらい状態だろうに、さまざまな髪の色をした学生たちが廊下にあぐらをかいて座り、課題の本を読みながら順番待ちをしているのです。まるで冗談のような光景になんとか笑えてしまいました。

その後どうしたかという、半年間は何もせずにダラダラしました。そうしたら心も穏やかになって、いつの間にか治っていました。つらいときは、無理しないのが一番だと思います。

当時すでに「アラサー」で職無し。今どきのリスク管理に長けている明治大学の学生さんたちからしたら、人生設計ゼロの変人に見えるでしょう。でも休んでいた分だけやる気が湧き出てきて、後から頑張ることができました。Ph.D.という学位を取得し、明治大学の教員にもなることができました。心配し続けた親とはさんざんバトルをし、かなり迷惑をかけましたが、それでも人生の寄り道をしたことは社会学の研究や学生への助言に役立っていると思います。

一時期うまくいなくても、人生はいつからでも、頑張れるときに頑張ればいい。幸いなことに、明治大学の学生相談室には列がありませんので、いつでも話をしに来てください。

学生相談室について

駿河台キャンパス…… 大学会館2階 TEL:03-3296-4217
和泉キャンパス…… 第一校舎2階 TEL:03-5300-1178
生田キャンパス…… 中央校舎2階 TEL:044-934-7619
中野キャンパス…… 低層棟4階 TEL:03-5343-8080

開室時間

月～金 10:00～17:00

- 相談の予約は開室時間内に原則電話にてお受けします。
- 予約状況などから、面談が申込翌日以降になる場合もありますので、ご了承ください。
- 土曜日(9:00～12:00)に面談をご希望の場合は、事前にご相談ください。
- 夏季休業期間中、入試期間中など、開室時間を変更する場合がありますので、掲示、ホームページでご確認ください。
<https://www.meiji.ac.jp/soudan/>

新型コロナウイルス感染症の影響拡大に伴い、当面の間、電話およびオンラインにて相談を行っています。学生相談室ホームページで最新のお知らせをご確認ください。