心理 期刊

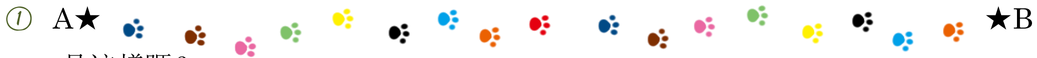
2019 年 6.7 月號　Vol.67

當你還在回想開學典禮的時候六月已悄悄來臨。日本的六月是梅雨的季節。六月的雨是否会让你觉得這個季節非常的潮湿和灰暗？同樣，日本的六月也是紫陽花開的季節。花開在六月的梅雨中，開在你回家的路上。百態的紫陽花開是否會為這個季節增添一份色彩，讓你覺得這又是一個美好的季節？在這樣的季節裏，也許你在擔心暑假前的考試，或許在期盼夏天的到來。又或許在這個季節交替的時候身體會有一些不適。

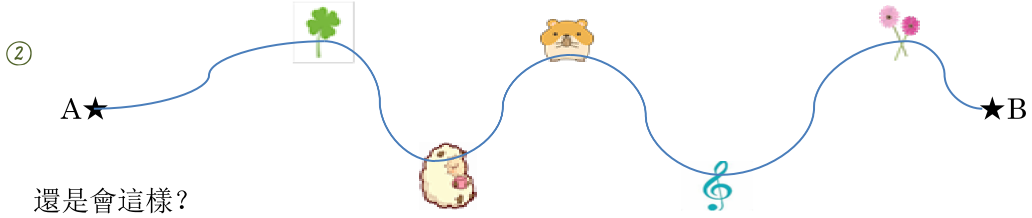
都說梅雨過後夏天就真的來了。那麼，對於這個即將到來的夏天，你準備好了嗎？

對於同一個事物我們都會有不同的看法，不同的反應。現在我們來做一個小小的測試

假設 A★為起點、★B 為目的地，那麼從 A★到★B 你會怎麼走？



是這樣嗎？



還是會這樣？

綫路①是兩點間的最短距離，可以説是短時間高效率。比起綫路①綫路②會繞一些，需要花一些時間，但是在這個過程中你會有所遇見，有所收穫。

弯路

是否記得當你還是孩子的時候，在放學回家的路上與小朋友一起看看落葉，蟲子；找找螞蟻窩，享受著回家的“漫漫長路”？總是會忘記大人的“放學後早點回家”。當然，早些回家做功課或者更有效地利用時間是一種方法。這與“享受回家的漫漫長路”來說又是另外一種體驗。

也許現在的你正被自己或者他人趕在成功的路上。爲了達成目標而努力著，甚至拼盡全力。但有時候往往事與願違，付出與收穫不成正比。也許你正因爲無法快速到達目的地而被責備，因此情緒低落，消極和惆悵。

這個時候，希望你能想起還有另外一條路。慢慢來，也許你會在某個轉交遇見幸福，遇見更好的自己。

你知道學生心理咨詢室嗎？在這裏可以傾訴你不敢對朋友或者家人傾訴的事，幫助你用自己的力量來面對所遇到的問題。如果你在學習或者生活中遇到自己不能解決的煩惱或者困惑的時候，記得我們的門爲你敞開。

地点：10 號樓 3 層 **カウンセリングセンター**

電話:03-3238-3559

預約時間:周一 ～周五

9:30～11:30　13:00～16:30

7月宣傳窗

小組活動
建立良好人際關係的關鍵

第１回７月 03 日（周三）15：25～16：55

第２回７月 10 日（周三）15：25～16：55

參加費用：免費

定員　１２名(**大學生、研究生、博士生**)

報名截至日期：６月 27 日（周五）

※1．参考：河合隼雄（1992）こころの処方箋　新潮文庫