

## 利用案内

### 学生相談センターの利用は無料・予約制です

相談を希望される際は、直接来室するか、お電話で予約状況をお問い合わせ下さい。学生に関する相談内容ならば、保証人・教職員の方もお相談になれます。お気軽にお問い合わせください。

### 予約受付：月～金の9:15～16:00

13:00～14:00 は受付の昼休みです。ご注意ください。

### 面接時間：希望曜日と時間枠（1回40分）を選びます

あらかじめ、第1～3希望の日時をご検討の上ご連絡いただくと、スムーズに予約できます。

1限	9:50～10:30
2限	10:40～11:20
	11:30～12:10
昼休み	12:20～13:00
3限	13:50～14:30
4限	14:40～15:20
	15:30～16:10

場所：G棟1F 医務室のとなり(G113)

TEL：044-949-0004

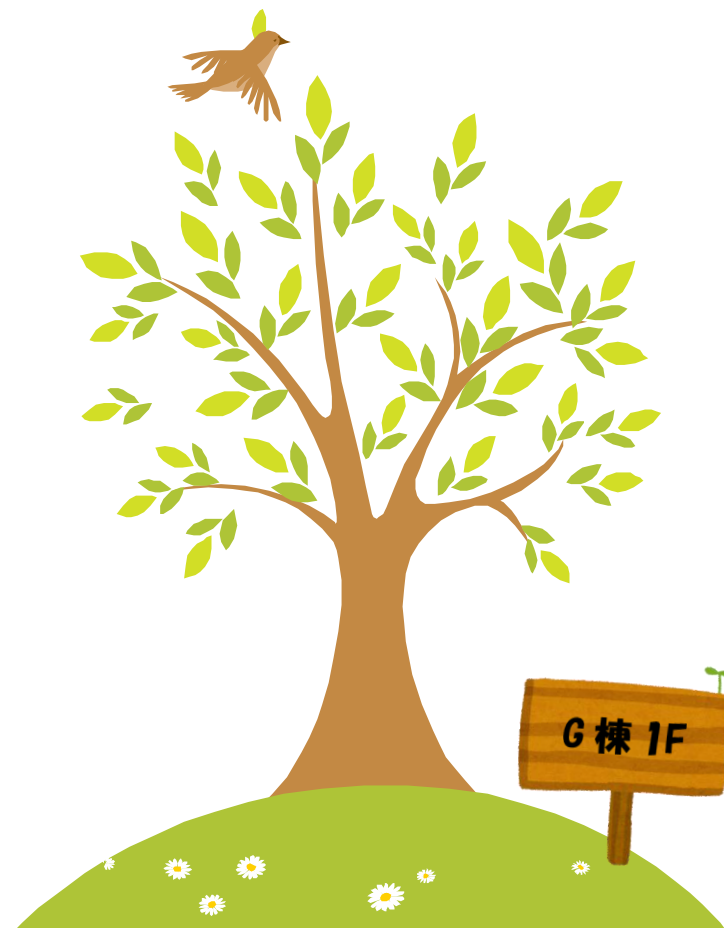
大学のホームページで開室日程を確認できます

大学TOP > 学生支援 > 学生相談 > 学生相談センター



困ったときには、立ち寄ってみよう

## 学生相談センター



和光大学

## ○ 学生相談センターとは？ ○

学生相談センターとは、大学生活がより充実したものになるよう、みなさんと一緒に考えていくところです

学生相談センターは、本学に在籍する学部生・大学院生なら、どなたでも利用できます（科目履修生・研究生は利用できません）。

大学という新しい環境で、さまざまな経験をしながら、それぞれ大切な何かを見つけていくなかで思い悩んだり、不安にかられたりすることがあるかもしれません。

本学の学生相談センターでは、臨床心理士・公認心理師の資格をもったカウンセラーが相談に応じています。

誰かと話すことで、自分の本当の気持ちがわかったり、新しい視点が見つかったりするかもしれません。特にこころの荷物が多いときは、誰かと話すことが、荷物の中身を整理したり、必要な休みをとったり、次に向かう方向を決める助けになることがあります。

どうしていいかわからないとき、不安な気持ちがおさまらないとき、誰に話したらいいかわからないとき、誰かと話したくなったとき。そんなときは、どうぞお気軽に立ち寄ってみてください。



## ○ たとえばこんな相談があります ○

毎年、約 100 人の方がセンターを利用しています

- 単位がとれるか、卒業・進級ができるか
- 留年しそう・留年してしまった
- 休学・退学を検討している
- 進路・将来に迷いや不安がある
- サークルやゼミでうまくいかないことがある
- 自分について考えたい
- 友達ができない キャンパスの中に居場所がない
- 対人関係（家族・友人・恋愛…など）がうまくいかない
- 家庭の問題で困っている
- 気分が落ち込む・波がある 意欲や集中力が下がっている
- 睡眠や食欲がうまくコントロールできない
- 親しい人を亡くした 突然ショックな出来事に遭った

こんなことでも相談していいのかな？と迷う場合に、お試して話してみるのも歓迎です。よかったら一度来てみてください。

利用の仕方も人それぞれです。数年間継続して通う人もいれば、話したくなったら予約し、一段落つくると一旦終わりにする人もいます。

### 相談の内容の秘密は、固く守られます

ただし、あなたや関係者の身体・生命に危険が及ぶ場合、犯罪に巻き込まれそうな場合などの緊急の際は、大学の一機関として学生の安全を優先するため、外部に知らせることがあります。

その他ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。