第 3 章　入学期

1　はじめに

入学期は，受験生としての生活から大学生としての生活に移行する時期であり，大学という環境に適応していくことが求められる時期です．大学の履修システムや新しい人間関係，実家を離れての一人暮らし等，様々な面で初めての経験をすることになり，学生にとっては不安を感じることが多く，それらに一つずつ対処しながら，大学生としての自信を得ていくことになります．

2　入学期における相談と対応

2 - 1　事例：授業についていけないという不安にかられた男子学生

授業開始から約 3 週間後，理系学部の新入生のＡくんが学生相談機関に来談しました．「授業を受けても，先生の言っていることを理解できない」と，涙を浮かべながら語ります．高校時代は自分が得意にしていた科目であるにもかかわらず，授業の内容が分からないということで，「既に履修登録もしてしまい，今更別の授業を取ることはできない．」とすっかりうつむいています．

周りの同級生を見ていると，みんな先生の話をうなずきながら聞き，すらすらとノートを取っており，休み時間は授業の内容について楽しそうに語っているということです．どう見ても授業についていけていないのは自分だけで，このままではどう

にもならなくなると感じています．

授業を担当している先生は，「学生は授業内容を当然理解している」という前提で話をしているし，授業が終わるとそそくさと帰ってしまい，教室で質問することもできない状況です．また，先生の部屋の場所も知らないので，質問に行こうと思っても行けませんでした．

カウンセラーは，学生の不安を支持しつつ，同級生はほとんど同じことを感じており，授業に次第に慣れていくことを伝えました．Aくんは，その後，クラス担任との面談でも同様のことを言われて少し安心したところ，授業で偶然隣に座った同級生に話しかけられ，その人も授業がよく理解できていないということを知りました．更に，約1か月後にあった小テストの結果が思いのほか良い成績でした．こうしたことから，Aくんは，安心して授業に臨めるようになり，その後の小テストや最終テストでも良い結果を残し，無事，単位を取得しました．

（1）学生の理解

①授業の内容・スタイルへの戸惑い

入学当初は，ほとんどの学生が授業についての意欲と同時に不安を感じており，それらが気負いにつながってしまうことも多いものです．そのため，授業内容をしっかり理解しなければならないという思いが強すぎると，分からないことがあると慌てたり焦ったりすることにつながりやすくなります．特に，高校まで優秀な成績で来た学生が大学という新しい場面でつまずきを感じると，大きく動揺する傾向があります．

授業によっては，大学受験の勉強ほど理解の仕方や解法が明確でなかったり，教科書がなく配布資料に基づいて行われたり

するものがあったりし，学生は，どのように勉強したらよいか戸惑いを感じがちです．物理や化学等，高校時代と同じ科目名であるにもかかわらず，学生からすると，急激にその内容が難しくなったり変化したりしたと感じられる科目があります．その一方で，法学や経済学等，受験時まであまりなじみのなかった科目について，授業を聞いてもどこが重要なポイントなのか分からないと感じることもあります．こうした状況に直面し，学業への意欲や自信を失うことにもなりがちです．

授業担当の先生との関係は，週に１回授業を受けるときだけであることが多く，学生にとっては，高校までと比べると先生との距離も遠く感じられます．そのため，授業時の先生の態度をそっけないと感じたり，授業終了後等に先生に質問することをためらったりしがちで，理解できない箇所がそのまま残ることも少なくありません．

②「自分だけが取り残される」という不安

入学して間もない時期の学生は，同級生たちとの関係があまり深まっていないため，自分の不安や戸惑いをなかなか素直に出せず，特に学業の領域でその傾向が強くなりがちです．特に，大教室で自分の知らない多数の人と一緒に受ける授業では，より不安を感じやすく，周りの人はよく理解しているように見え，自分だけが分からないと思ってしまう傾向が強くなります．多くの学生が，大学の授業について戸惑いを感じているものですが，それを共有する機会がないと，自分の思いにとらわれやすくなります．

授業をよく理解できないという思いが，対人面での気後れへとつながり，のびのび振る舞えなくなることがあります．その

場合，「自分だけが取り残される」という不安を強め，しかし，誰かに頼ることもできずに一人で悩み，苦しい状況に入り込んでしまうこともあります．

（2）教員の対応のポイント

①学生の不安や戸惑いを当然のこととして受け止める

大学での授業の内容やスタイルについて，入学当初の学生が不安や戸惑いを感じるのは当然であると，教員が受け止めることが大切です．そして，そのことを新学期開始後の早い段階で学生に伝えることで，学生は大きく安心します．「多くの学生が自分と同様に授業の不安を抱いている」ということを，学生自身が認識していないことが多いものです．

授業での到達目標と関係しますが，授業の当初に，授業全体を通して何をどの程度学ぶことができればよいかを丁寧に説明することが必要です．その中で，授業の進行に伴って理解が進んでいくこと，場合によっては毎回の授業ですべてのことを消化する必要がないことを伝えることも大切です．また，小テストやレポートの全体の結果をフィードバックすることで，学生は自分の理解状況を把握できます．

②学生への開かれた態度

高校時代に比べると，入学期の学生と教員とが接する時間は少ないこともあり，授業を担当する教員が思う以上に，学生は教員との距離を感じていることが多いものです．それだけに，学生とのコミュニケーションを積極的にとる姿勢が教員側に求められます．大教室での授業等，すべての学生と個々に関わることが難しいことも多いため，学生が教員に質問等をしやすく

なるような関係を作ることが必要です．

そのためには，教員側の「開かれた態度」が大切になります．学生は，授業時の教員の立ち居振る舞いや発言から，教員への話しやすさを感じ取っています．学生は，授業の内容と同時に，授業者である教員に関心を向けており，学生の教員に対する関心や評価が授業の意欲にも大きく影響します．

毎回の授業時に質問を受け付ける時間を設けたり，オフィス・アワーを積極的に伝えたりすることが，学生に安心感をもたらします．教員が自分自身の経験，率直な思い等を時に語ることも，学生からの信頼感につながります．

2-2　事例：友だちづきあいに疲れを感じてしまった女子学生

新学期が始まって2か月弱がたとうとするある日，文系女子学生のBさんは学生相談機関を訪れました．相談の申込票には，相談内容として，「友人関係がうまくいかない」と記入されていました．

面接では，「最近は，大学の同級生たちと一緒に行動しなければならないことに疲れ，一人で過ごしたいと思っているが，それができずに苦しい」ということを語り出しました．

Bさんは，もともとやや控えめなところがありましたが，地元を離れ，知り合いが誰もいない今の学部に入学しました．それだけに，入学直後から新しい友だちを作ろうとして同級生たちとも頑張って話をするように心がけ，電話番号やメールアドレスも交換しました．また，クラスの友だちの誘いに応じて，その友だちと同じサークルにも入りました．周りの人たちは，みな明るく積極的であり，みんなで一緒に食事をしたりおしゃべりをしたりするのは，最初，とても楽しいことでした．

しかし，友だちから誘われるとなかなか断りづらく，授業の準備の時間や一人でゆっくり過ごす時間が少なくなってしまった上，友だちの中ではいつも明るく振る舞っていなければいけないことに苦しさを感じるようにもなりました．しかし，そうしたことをはっきり言うと，友だち関係が悪くなるように思えて，なかなか言い出すこともできませんでした．こうして，表面上は周りに合わせつつ，心の中では負担感を強める状況になっていました．

カウンセラーは，気兼ねなく付き合える友だち付き合いの範囲や，自分も相手も不快にならないような断り方等について，Ｂさんと一緒に検討し，Ｂさんは徐々に自分のペースでの人付き合いや生活をできるようになっていきました．

（１）学生の理解

①孤立することへの恐れと過剰適応

新入生にとっては，新しい環境で友人関係をうまく作れるかどうかが，大学生活を始めるにあたって非常に重要なものに感じられています．大学生活の最初に友だちを作れるかどうかが，大学生としての「死活問題」でるとさえ感じている面があります．それだけに，入学期当初は，多くの学生が本来の自分以上に，「明るく積極的に」なっています．それは，孤立する不安を背景とした明るさや積極性であり，やや無理や背伸びをした「過剰適応」の状態にあります．受動的だった学生もまた，もともと社交的な学生と同様に明るく積極的でなければならないと感じていることが多く，特に負担が大きなものになりがちです．

そのため，個々の学生の頑張りすぎた状態やそれを前提とし

た対人関係は長くは続きません．入学当初，自分の携帯電話に登録した電話番号やメールアドレスも，次第に使用されるものは限られていきます．時間の経過とともに，自分本来の友だち付き合いに移行していくことが大半ですが，その過程では，対人関係がうまくいかずに孤立する不安から，周りにはっきり自己主張できないことがあります．

②目先のことへのとらわれ

大学での学業への取り組みと同様に，対人関係の持ち方も，次第に要領をつかみ，自分の個性に適したものになっていくものですが，当初は目先のことにとらわれ，余裕を失ってしまいがちです．友だちとの関係も，最初に友だちの輪を広げないと後で取り返しのつかないことになると感じ，新たな出会いは今後も数多くあることや，友だちづきあいもいずれ自分に無理のないものに落ち着いていくことに目が向きにくくなってしまいます．

入学当初の段階で，当面の生活への適応と同時に，「学生期の 4 年間」や「入学期の 1 年間」について展望した上で，現在の生活を考える視点を持てると余裕が生まれます．しかし，新しい環境・対人関係への適応には相当多くのエネルギーを使うため，自分でそのような視点を持つことは難しい面があります．

（2）教員の対応のポイント

①多様な個性・適応プロセスがあることを伝える

学生には明るい人もいればおとなしい人もいて，また，話すことが得意な人もいれば聴くことが得意な人もいますが，入学期の学生は，周りに合わせなければという気持ちが先に立ち，自分らしく振る舞うことが難しくなりがちです．そのため，教員が，人によって様々な個性があり，その人なりの大学生活への適応プロセスがあることを伝えることが学生の安心感につながります．

また，サークルやアルバイト先，研究室やゼミ等，これからの学生期の中で生じる対人関係やそれぞれの特徴について学生が知ることで，先の見通しを持ちやすくなり，目先のことへのとらわれが弱まります．そのため，学生期の様々な対人関係について，機会をとらえて教員から学生に示すことが大切です．

②大学での対人関係の足掛かりとしての教員の役割

入学期の学生にとって，大学での対人関係は学生同士のものと教職員とのものとに大別でき，どちらについても不安を感じがちです．そのため，学生が教員と良い関係を持てると，それが友人関係や大学生活への安心感へとつながります．教員との関係が，大学での学生の対人関係の足掛かりになると言えます．

教員がクラス担任や授業担当者等として学生と直接かかわる中で，学生の個性を尊重し，受け入れることで，学生は自信を持ち，自分らしく振る舞う姿勢が育ってきます．