

相談所では

開所時間中、カウンセラーと職員が在所しいつでも相談を受け付けています。

談話室・ラウンジを開放しています。
自由にご利用ください。

学生生活に役立つような書籍や映像の
閲覧・貸出しもしています。

利用者アンケートから

- 他人に話げできたというのが心理的に大きく、楽になった。
- 話しているうちに、混乱している頭が整理できた。
- 一人で頑張りすぎず、周りの人の力を借りることも時には大事だと学んだ。
- 誰にも話せず、ずっと溜め込んでいたことを話せたことにより、問題を現実のものとして見て乗り越えていけばいいんだと気づいた。

立教大学学生相談所のご案内

池袋キャンパス

TEL.03-3985-2653

〒171-8501 豊島区西池袋 3-34-1



新座キャンパス

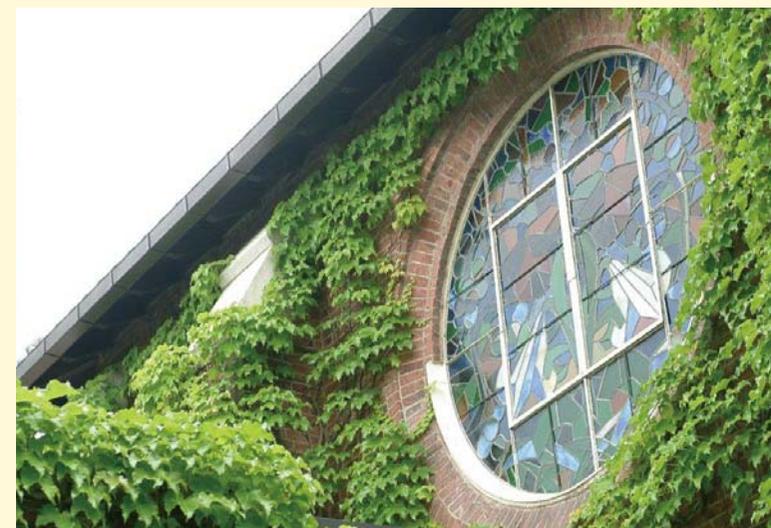
TEL.048-471-7902

〒352-8558 新座市北野 1-2-26



開所時間 (池袋・新座キャンパス)
月～金曜日 9:00～17:00
*休業期間中については掲示します

立教大学 学生相談所



Rikkyo University
Student Counseling Center
since 1954

充実した学生生活を送っていますか？

気になること、
ひとりで悩んでいること、
誰かに聴いて欲しいこと など

「こんなことなんて……」と思わずに
学生相談所へ来所してみてください。

たとえば……

対人関係

友達、恋愛、サークル、家庭など

こころと体

性格、健康、性、生活習慣など

学業

履修、学業不振、成績、休・退学など

進路

進学、就職、適性、資格など

その他

人生、法律、経済的な問題など

相談したいときには

学生相談所へ直接お越しください。

- * 予約をする必要はありません。
- * 友人や家族と一緒に来所されても結構です。
- * 電話や手紙による申し込みも受け付けています。

相談員がお話を伺います。

相談の内容によって、
適切な担当者・機関をご紹介します。

カウンセラー
精神科医

授業や学生生活に
詳しい教職員

学外の
相談機関等

相談に来たことや相談内容を本人の承諾なしに、他者に知らせることはありません。

オープン・プログラム

自己理解や、よりよい対人関係をつくるための様々な「心理教育プログラム」を年間を通して行っています。
学生は誰でも参加できます。

たとえば

“人付き合いがうまくなりたい”

“友だちをつくりたい”

“自分を表現できるようになりたい”

“リラックスしたい”

“自分のことを知りたい” など

プログラム例

アサーション・トレーニング
ボディ・ワーク
パーソナルカラー講座
ひとり暮らしのためのロビー展
ストレスマネジメント など

日時や詳細は、掲示やホームページでお知らせします。