

ハラスメント 相談室だより

第31号
令和3年11月

高い空、鮮やかに色付く木々に秋の深まりを感じる季節になりました。

ハラスメント相談室だより第31号をお届けします。



コラム 相談員からちょっとひとこと

ハラスメント防止のために大切なことの一つとして「円滑なコミュニケーション」が挙げられることが多いかと思います。仕事や勉学に従事する上では、誰かと関わるのがほとんどです。私たちは日々、意識的であっても無意識的にでもコミュニケーションを取っている訳です。

さて皆さんは「困った」と感じた時、どのように考え動くことが多いですか？問題を理解してもらおうと躍起になり、つい言葉数が多くなる。あるいは「どうせ誰も分かってくれないだろう、言っても無駄だから…」と、はなから諦めて口をつぐむ。人それぞれに癖があり、対する相手によっても様々に変わってくると思います。

相談室には「現状に困っているけれどどうしたらいいのか分からない」「何か動けばきっと相手はこう反応するだろう」そのように考え、このままだと困るけれど、かと言って何も出来ることはない…と途方に暮れて相談に来られる方がおられます。辛い状況が続くと、自身が何が一番困っていて、どのような状況ならいいのか、それが見えにくくなってしまふことがあります。ひとりで考えていると堂々巡りになり、八方塞がりの状況だと感じることもあるでしょう。

自分の思いを安心して誰かに話すことで気持ちが整理されたり、第三者の視点が入ることによって物事の見え方が変わることがあります。

続きは裏面

その時に大切なのは「自分で自分の本音に気づくこと」なのではないかと感じています。自分が自分のことを理解してあげる、本音をとりまえてあげる、そこがコミュニケーションの出発点のような気がしています。

コミュニケーションというと、つい他人とどれだけ上手く円滑にコミュニケーションが取れるかというイメージが先行しますが、まずは自分と丁寧にコミュニケーションを取ることが大切だと考えています。相談室では、状況をなんとか改善したい、そう願っている方ご自身の本音を見つける作業、そして改善のために出来ることは何かを、一緒に探していくことが出来ればと思っています。

ハラスメント相談室 開室スケジュール

キャンパス	相談室	月	火	水	木	金
豊中	ハラスメント相談室 1 <文理融合型研究棟7F 704号室> TEL 06-6850-5029	11:00-14:00	10:00-13:00	12:00-15:00		10:00-13:00
	ハラスメント相談室 2 <サイバーメディアセンターデータステーション2F> TEL 06-6850-6006		15:30-18:30	14:00-17:00	10:30-13:30 14:30-17:30	
吹田	ハラスメント相談室 1 <看護師宿舎1号棟3F 1311号室> TEL 06-6879-6981	10:00-13:00		9:30-12:30		11:00-14:00
				15:30-18:30	15:30-18:30	15:00-18:00
	ハラスメント相談室 2 <看護師宿舎1号棟3F 1312号室> TEL 06-6879-6982 ※男性相談員（パワハラ・アカハラ担当）	13:30-16:30	9:30-13:00 14:00-16:15		9:30-12:30	
箕面	ハラスメント相談室 <外国学研究講義棟1F> TEL 072-730-5112			14:15-17:15		

- 専門相談員が電話あるいは対面で相談をお受けします(事前予約要)
- 秘密は厳守します。匿名での電話相談にも対応します
- 豊中・箕面の全相談室、及び吹田の相談室1はハラスメント全般について対応可能です(女性相談員)
- 各相談室の所在地、英語で相談可能な相談室・開室時間帯等、詳細は大阪大学HPをご覧ください



<大阪大学HP「ハラスメントの防止等」ページ>
https://www.osaka-u.ac.jp/ja/guide/student/prevention_sh/

