

5.困った時は？

何のことでかはわからないけれど困っている感じがある、どこに相談したらいいかわからない、という時は、先生や職員の方に、どこに相談したらいいかたずねてみましょう。各学科・学年に学生主事の教員がいます。進路・就職など学事に関する以外でも相談にのっていただけます。高校までになんらかの合理的配慮を受けていて、大学でも合理的配慮（コラム①参照）をうけないと困ることがある場合は、学生生活支援センターの修学支援窓口にご相談ください。

A.A.や学生主事、修学支援についてはこちらを参照してください。

<https://www.kobe-c.ac.jp/campuslife/student-support>

このように、困った時に、自分が何に困っているのか・どこに相談するかを考えたり、自分が困っていることをまわりに発信したりすることは大切です。自分が困っていることを発信する力は、大学を出た後の生活でも大事になってくるからです。自分でもどこに相談したらいいのか、何に困っているのかわからない時もカウンセリングルームにご相談ください。