

## 青年総合相談Q & A (17)

Q 地方の大学に進学した息子が「地元の風習や人にどうしても慣れない」と悩んでいます。生活習慣や文化の違いに苦労しているようです。このままでは、うつ病になってしまうのではと心配しています。母親として何かできることはないでしょうか？

A 初めての土地での一人暮らしは誰でも心細いものです。初めから馴染めないのは息子さんだけじゃないと伝えましょう。息子さんが一番リラックスできるご実家に帰省した際には、息子さんが馴染めない風習の話を、興味を持って聞いてください。

息子さんは観察者となって、家族に報告するようになると気楽になれると思います。そして時間がたてば、その土地にも慣れて、親しみも湧いてくるかもしれません。