



こころのコーポレーション

スクールサポーター
(臨床心理士)
小林 真理

明確にする

平成29年度もあつという間に残り1か月となりました。年度の始まりには、どんな風に過ごしたいか理想を考えたり、達成したいことを紙に書いたりして、やる気や目標を持って新年度をスタートする方もいると思います。とは言つものの、年度末に振り返ってみると、少しの成長や変化があつたかを探しつつも、ほほ何も変わっていないことを認めざるを得なかったり、あるいは目標を達成して「頑張った自分を褒めてあげたい」ということもあるかもしれません。

子どもの場合は、年末年始、年度初め年度終わりの他にも、学期のはじめに学習や生活における「めあて」や「目標」を一人ひとりが書きだし、それを貼りだすこともあります。そしてその目標を達成できた

かどうか、自分でシールやはなまるをつけて「確認する」ことがあります。

一方で大人になると、目標をたてて、それを「評価」されるような機会はあつたとしても、自分でたてた目標や理想を、自分で「確認」していくことは減っていつてしまうのではないのでしょうか。「こんなことではいけない」「こんなはずじゃない」と危機感を覚えつつも、いろんな言い訳をつけて、自分に甘くなつてしまふことや、あるいは自分ではどうすることもできない出来事によって、想定外の忙しさになつてしまい、目標や理想が薄れてしまふこともあるかもしれません。

よく「言葉にする」「紙に書く」ことによつて目標を達成させたり、願いを叶えるということが言われています。これらはいくつでも一つの方法ですが、実際にはいずれも「自分がどうしたいのか」「どうしたいのか」を明確にすることが重要であることを表しています。その内容は、それぞれ人それぞれなのが当然なので、誰かに「評価」されるものではありません。大切なのは、自分自身がどう望み、どう考え、どう動くか、

ということなのです。このことを「自律＝自分をコントロールする」と言つとすると、少し堅苦しいようにも思えますが、目標や理想を叶えるためには、自律は大切な要素であると言えるのではないのでしょうか。同じように、自律しているから、目標や理想に近づける、ということも言えるのだと思います。

難しく考えることはないのですが、もし誰かに「自律したい」と言われれば、「何のために？」と聞き返したくはありませんか？

自分の目標や理想ではあつても、誰かの理解や応援があるから頑張れる、達成できたり実現する、ということもあります。先ほどの会話を例に挙げて、「何のために？」という問いに返つてきた答えが明確であればあるほど、相手のことを理解できたと感じたり、応援したいと感じたり、時には具体的な支援につながるのではないのでしょうか。

常に自律している人がいるのであれば、爪の垢を煎じて飲みたいものです。でも、まずは目標や理想を明確にすることが先なのかな、と感じている年度末です。

『子育て』を応援してください

●臨時職員募集

職種	保育士 (平成29年度)
資格	65歳以下で保育士の資格を有する方
採用期間	3月31日(土)まで (6か月更新可)
勤務	7時30分～19時 シフト制
休日	週休2日 (休日出勤あり)
給与	日額 8,050円
待遇	通勤費支給(規定有) 社会保険加入

職種	児童館 厚生員 (平成30年度)
資格	65歳以下で保育士資格または教員資格を有する方
採用期間	4月2日(月)～9月30日(日) (6か月更新可)
勤務	8時30分～19時 シフト制
休日	週休2日 (休日出勤あり)
給与	日額 8,050円 賞与6月支給
待遇	通勤費支給(規定有) 社会保険加入

【問い合わせ】 こども教育課 児童係 ☎45-8672

放課後子ども教室

安全管理員募集

放課後子ども教室とは

小学生が放課後に児童館を利用し、宿題をしたり、遊んだりするところです。また、月一回の体験教室では地域の方々の力を借り、様々なスポーツや文化を体験することもできます。

安全管理員の仕事

放課後子ども教室を利用する子どもたちの安心と安全を見守ります。

勤務場所

中地区児童館
東地区児童館
西地区児童館

勤務時間

平日15時から18時まで
(時給制)

応募資格

子どもが好きな方
詳しくは、問い合わせしてください。

【申し込み・問い合わせ】

こども教育課 児童係

☎45-8672