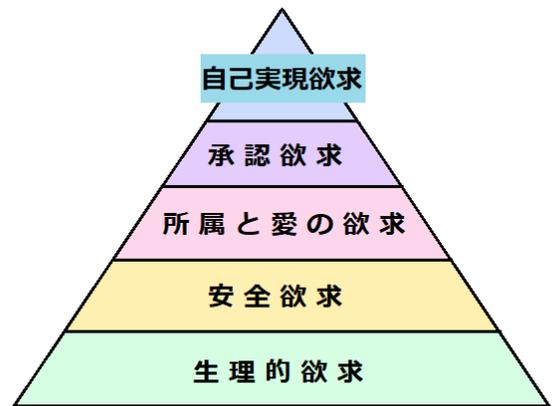


本当の「自己実現」ってなんだろう？

スクール相談員 大須賀しづか

心理学ではおなじみのA.マズローの人間の基本的欲求5段階の図です。一番基本にあるのは、まず生理的欲求です。しかし、現代日本では一見豊かに見えても、貧困と格差が広がって、場合によっては食べる・(安心して)眠るといった一番下の欲求さえ脅かされている現状があります。そんな場合は行政などの公的支援、「子ども食堂」「フードバンク」などの民間支援を含め、最大限に資源を活用して支援する必要があります。我々相談員も生活基盤を支えるため、スクールソーシャルワーカーと連携を取り合っています。

さて、一番高い欲求は「自己実現」一般的には医師を目指して国家試験に合格した、みたいなことだと思われがちですが、本質的には夢や希望を叶えることとも少し違います。マズローによれば「偽りのない自分の姿で真から好きなことをして、それが社会貢献につながる状態」としています。好き勝手にやっって社会に迷惑をかけるのは、自己実現ではないですね。ただ、本当の自己実現に行くためには第2段階の「安心安全感」第3段階「居場所の確保」第4段階「自分を認めてくれる人間関係」も大切です。良い人とのつながりは財産となります。



☆ カウンセラーの先生方が来校されます ☆

カウンセラーの先生方が来校されます。「誰かに話を聞いてほしい」「辛いけれど、どうしていいかわからない」という人は、ぜひ先生方に相談してみてください。秘密は守られますので安心してください。《カウンセラーの先生と7・8月の相談日》

- 高橋 悦子先生 大須賀 志津香先生 (スクール相談員)
火・水曜日 12時～17時 (高橋) 木曜日 12時～17時 (大須賀)
- 舟口 加喃先生 (公認心理師)
9月2日(月) 13日(金) 20日(金)
- 山口 佳映先生 (スクールソーシャルワーカー)
木曜日 14時45分～16時45分

☆生徒のみなさんへ…面談は予約制です。HR担任、教育相談係(教育相談室:仮設教室棟1階)、養護教諭(保健室:仮設管理棟1階)の先生のいずれかに申し込んでください。

★保護者の方へ…カウンセラーの先生との面談は、保護者の方のみでも受け付けます。お申し込みは、担任または特別支援教育コーディネーター(芦刈・木村達・前田・吉永)までお願いします。

電話番号は(058)275-7185です。どうぞお気軽にお申し込みください。