

『保育ナビ』5月号特集「人間関係がキーワード 保育者のメンタルヘルスケア」

『保育ナビ』p17 レッスン1 “サクセスフル・セルフ”チェックリスト

- 初対面の人に自己紹介ができる
- 周りが楽しい雰囲気になるように気を配る
- もめごとになるようなことは言わない
- 同僚の話の輪にうまく入る
- 気まずいことがあった相手と和解できる
- 周りの人との間でトラブルが起こった時、対処し解決しようとする
- 相手がどのように感じているか、考えるようにしている
- 周りの人が自分とは違う考えであっても、うまくやっていける
- 何か失敗した時に、謝る
- 相手に文句を言ったりするより、落ち着いて自分の気持ちを伝える
- 困難な状況の時、これまでの反省を踏まえて、次にすることを考える
- 困難な状況の時、悪いことばかりではないと楽観的に考える
- もめごとを解決したいと思う時には、お互いに譲り合う
- 困難な状況の時、だれかに話をして冷静さを取り戻す
- 同僚とうまくやっていく
- やらなければいけないことは、計画的にやる
- 人からよくないことを強要されたとき、断る
- 人の意見を取り入れる
- 良い保育に努めている
- 社会の規則や時間を守る
- 自分の健康を気遣う