

1. 学年目標 **「 自立 自律 思いやり 」**

2. 進路目標

「自立・・・自分に厳しく、進路を拓く行動を！」



そもそも「自分に厳しい」とはどんな意味でしょう？
自分に厳しくする方法を知るためには、「自分に厳しい」という言葉の意味を理解しなくてはなりません。
まず「厳しい」という言葉には、「厳格で少しのゆるみも許さない、容赦がない」などの意味があります。自分に厳しいということは、厳しさを自分自身に向けていることを言います。自分に厳しくする方法を知るためには、まずは自分に厳しい人について理解しておくことが大切です。自分に厳しい周りの人や、自分自身と比較しながら読み進めてください。

特徴1. プライドが高く、周囲からどう思われるかを常に気にかけている。

自分に厳しい人は、確固たる揺るがない自我を持っています。ぶれない芯を持っていて、そんな自分に自信がありプライドがあるからこそ、自分に厳しい姿勢を貫いて行けるのです。

周りから自分がどう評価されているのかも理解していて、また、その評価があるからこそ、さらに自分をより良くするための努力を怠らないという面もあります。

特徴2. 体調管理など、自己管理を徹底している。

自分に厳しい人は、自分の体調管理も徹底しています。病気など体調を崩さないよう体力づくりにも励み、自分の体型などにも強いこだわりがあります。そのため、毎日の食事や運動などは、自分でしっかりと管理しながら生活を送っています。

日々のルーティーンも自分に厳しいからこそ、きちんと欠かすことなくこなします。

特徴3. 真面目な性格で日頃から努力を怠らない。

自分に厳しくできるということは、基本的な性格は真面目だと言えます。真面目な性格だからこそ曲がった事が嫌いで、自分で掲げた目標は絶対に達成しようと思えます。途中で投げ出したり、目標を達成せずに終わることが、自分で許せないのですね。

そして、目標を達成するための努力も、惜しむことなく出来てしまうのです。

特徴4. 規律を重んじ、マナーやルールをしっかり守る。

自分に厳しい人は、世間体もしっかりと意識した生活を送っている人です。世の中から自分を認めてもらいたいという思いも強いので、規律などをとても重んじた生活を送っています。マナーやルールを破るなど、世の中から外れた行動を取ることは論外だと考えているのです。そして、自分をきちんと律することが出来るので、マナーやルールを破ることは決してありません。

特徴5. 目標や理想を高く設定している。



自分に厳しい人は、自分を甘やかすことがなく、常に上を目指して努力しています。そのため、人生の目標や理想は高く設定して常にハードルを高くした生活を送っているのです。

また、自分に厳しいということは、今の自分には満足していないとも言えますよね。そのため、目標や理想を高くして、自分を自分で追い込んでいるのです。

自分に厳しい人の特徴から、自分に厳しくする方法がなんとなく見えてきたのではないのでしょうか。ここからは、対照的に自分に甘い人の特徴を3つ紹介します。

厳しい人、甘い人をそれぞれ比較してみると、より自分に厳しい人を理解することができます。



甘い人1. 飽きっぽい性格で何でもすぐ投げ出してしまおう。

自分に甘い人は、我慢をすることが苦手です。そのため、どんなことでも途中で投げ出してしまい、飽きっぽい性格をしています。

最後までやり遂げることや、一つのことに集中することが苦手で、ダメだと思つと諦めも早いのです。そして、最後まで出来ない自分を、自分に甘いため自分で簡単に許してしまいます。

甘い人2. 誘惑に弱く、我慢強さが無い。

自分に甘い人は、自分を律することが出来ません。やっではいけないと分かっていても、誘惑に負けて、ついやってしまったり、頑張らなくてはいけない場面でもサボる自分を許してしまいます。もちろん自分に甘いので、誘惑に弱くて我慢ができない自分を反省することも無いでしょう。そのため自分の甘さに気づくこともないので、自分への甘さがどんどん加速してしまうのです。

甘い人3. 面倒なことはすぐ後回しにする。

自分に甘い人は、今楽しいことや、自分がやりたいことを、何よりも優先してやってしまう性格です。やらなければいけないと分かっているけど、面倒だなと思うことは、後回しにしてしまうことが多いのです。

仕事や勉強など、面倒なことでも結局はやらなければいけないので、ギリギリになって大変な思いをしながらやるというの、自分に甘い人の特徴です。

自分に厳しい人、そして自分に甘い人、それぞれの特徴について紹介しました。自分に厳しい人は、自分に甘い人と比較すると、とてもかっこよく見えますよね。次回の進路通信で自分に厳しくする方法について紹介していきます。

このような考え方もあるという紹介です。深く落ち込まないで下さいね。