

2部

フィールド フィールド
現場から現場へ

貴重な学びから目標に向けて

通信教育部福祉心理学科卒業生 **平 智亜季**

1、はじめに

はじめまして！ 私は、2016年に通信教育部を卒業した後、目標達成のために2022年に再度入学し2025年3月に卒業いたしました。元々そんなに勉強が好きな方ではない、むしろ「大」がつくほど苦手だった私が、これほどまでにワクワクしながら心理学を追求していることに驚愕しております。

このような私ですから、在学生の皆様メッセージをお送りさせていただくなど、身に余る思いではございますが、皆様のお役に立てるなと思いパソコンを開いております。こんな方法もあるのか、という程度に軽くご一読いただければ幸いです。

2、実際の取り組み

★できることから始めよう

入学後、学習のスタート段階で思ったことです。仕事との両立もあったので、効率よく、無理なく進める方法として考えました。例えば、レポート課題を見て、これなら回答できそうと思った内容から取り掛かる、スクーリングを受講した後に課題に取り組む、択一問題から始めた後に論述問題に取り組むなどです。難しい課題から始めても、理解できず「できない」「むずかしい」を繰り返し何も進められないよりは、とにかく関心のある内容や、これならできそうという課題から次々取り組んでおりました。

★可能な限りスクーリングを受講する

可能な限り「S」科目と「SR」科目で履修することを選択しました。先生方の講義を生で聴講したいと思ったからです。結果的にこれが、学習のモチベーションを高め、意欲につながりました。様々な事情により、スクーリングの参加が難しい方、中には「R」科目の方が学びを深められるといった方もおられるため、強制的に「S」科目や「SR」科目を勉めるわけではありませんが、スクーリングでは、事例を取り入れ考える時間をいただいたり、ワークを通して実際に体感し他者の気持ちを捉えたり、イラストや図で呈示、若しくは実際に簡単な工作をしたり、分かりやすいようにご教示いただき、私の場合、書籍と向き合うだけの学習より何倍も理解度が高まりました。スクーリングの度に出会う学友の方々と何気ない会話を交わすことも学習を進める中で、大変励みとなっております。

★とにかく書いてみる

山積みになったレポート課題をどう達成するか、忙しいことにプラスアルファで「文章能力がないから再提出になる」といった固定観念が邪魔をして中々取り組むことができませんでした。しかし、スクーリングでW先生に相談したところ、「とにかく書くことだよ、書いているうちにまとまってくるから、繰り返しレポートを書くことで文章能力が格段にレベルアップするからね」とご助言をいただきレポートに向き合ってみることにしました。レポート課題集のアドバイスを基に論述すると、返ってきたレポートの評価は「優」。もちろん再提出のレポートもいくつかありましたが、先生からのアドバイスが丁寧に記載されていたので、それに従って再学習をしました。W先生が仰ったようにとにかく書くことが大切です、書かなければ何も始まりません。

★できる時に一気に取り組む

皆さんの中には仕事と両立しながら学習に取り組まれている方が大半だと思います。もちろん計画を立案し、計画的に進めることが理想ですが、中々思い通りにいかないことも多々あります。しかしそれにこだわっていると何も手につかないことが分かりました。そこで私は、今なら集中できる、今日なら時間的に余裕があるから取り組めそうだという時に、優先順位を決めながら一気に取り組んでおりました。

★質問をする

学習に取り組む段階で、どのように進めればいいのか分からない。卒業研究はどのように進めると良いのか、こんなこと聞いてもいいのかと躊躇するような内容でも私は不安に感じたことや疑問点はそのままとせずお聞きしておりました。先生方もそうですが、事務局の方も熟達しておられる方々ばかりなので学習に関することでしたら、どのような内容でも、丁寧にご対応下さり安心して学習を進めることができました。不安なまま学習を進めるよりは、お聞きした方が何倍も効率よく進めることができます。

3、その後

第1章で述べたように私は、再入学をしています。その理由として大学院に進学し資格を取得したいという目標が明確になったからです。大学院に進学するためには卒業研究を執筆していることが必要でした。無知な私は、何も知らず後に後悔することになったのです。今思えば、再度自分の目標について見つめ直せたことや、卒業研究に取り組んだ経験が糧となったので結果的に良かったと思っています。2025年の4月児童心理学を専門に学べる大学院に無事入学し現在も学習に奮闘しております。目標を達成するために何年かかるか見当がつきませんが、気長に取り組んでいきたい

と思っております。

4、おわりに

拙い文章となりましたが、ここまでお付き合いいただきありがとうございます。

思えば長いようで短かった卒業までの期間。レポートや卒業研究では苦戦したものの、これまで経験した学生生活の中で一番学習に取り組み、一番充実していたのではないかと思います。

東北福祉大学で学びたくさんの先生方や事務局の方々、そしてスクーリングで学びを共にした学友の方々との出会いは全て私の宝物です。皆さんも、これから学ぶ中で挫折感を味わうことがあるかと思います。そんな時は皆さんを応援している人がたくさんいることを思い出してください。そして、胸に抱いた目標はいつか必ず叶うと信じて無理なく取り組んでいきましょう。私も皆さんとともにこれからも目標に向けて頑張っていきたいと思っております。

