

☆ 思春期とは、どんな時期なのか！？ ☆

小学校高学年から中学校に入る時期、子どもの心と体には、急激な変化が起こります！
子どもは、自分の変化にとまどいを覚えるのと同時に、自分自身と向き合い始めます。その結果、反抗的な態度をとったり、それまで素直で言うことを良く聞く子だったのに、些細なことで親子げんかになることもあります。この時期は、親子共々、とまどいや悩みを抱える時期であり、それが当たり前ののです！ですから、反抗も子どもの成長のためには必要なことなのです！この、難しい時期をいかに乗り越えていくかは、「これをこうすればOK！」というような1つの答えは、残念ながらありません。ケースバイケースと言っても良いでしょう。それだけに、親も困った時には一人で悩みを抱え込まず、周囲の同じような悩みをもつ親同士で一緒に考えていくのも良い方法でしょう。まずは、この「思春期」という時期は、いったいどういう時期なのか、知ることが解決への第一歩です！！

この時期の特徴

- ①体が大人になる
- ②自我が目覚める



反抗期

親見離れの時期



自分は「親とは違う一人の存在」だ！という意識から、親の言うことに対しても矛盾や不合理さを感じるようになります。その結果、「なぜ勉強しなければならないの？」「お母さんだってウソつくくせに！」「お父さんには関係ない！」などの発言がみられたり、場合によっては、無視する、訳もなく不機嫌になる、物に当たるといった行動につながっていきます。

反抗期は親離れである「心理的離乳」へ向かう必要な時期と言われます。この時期に、「自分は、もう子どもじゃない」「親の言いなりばかりにはならない」という、親から独立した存在になろうとします。しかし、社会的にはまだ一人前の大人として認められるわけでもありません。大人でも子どもでもない、不安定な状況に置かれることとなります。この時に、必要になってくるのが友人や親が「自分を理解し、支えてくれる」という感覚です。従って、この時期は、子どもの立場から見れば、より親密な友人関係を形成する機会となり、親の立場から見れば、子離れの時期でもあり、子どもとの新たな関係づくりや見直しの“良いチャンス”にもなります。



新たな親子関係

自立を支える



親の姿勢

変化を受け止める



①安心できる環境

悩みやとまどいを抱える人にとって「一緒にいて安心できる」のが、一番です。

②共に考える姿勢

子どもが何を感じ、何を求めているかを察し、それに共感する。これがないと子どもの気持ちが分からないばかりか、逆に傷つけてしまいます。…場合によっては、さらに関係が悪化することも。

③受け入れる姿勢

子どもが“求めている時”に“応じる”。

それは、いざという時に「相談できる」「守ってもらえる」という安心感につながります。しかし、子どもが求めていない時や求めていないことに対して余計なことをするのは、受け入れる姿勢とは違います。子どもの主体性を尊重すると同時に、責任を果たさせることも大事なことです。子どもがすべきことまでやってあげるのは、避けるべきです。…ただ、子どもが傷つき、弱っている時に、一時的に甘えを許すのは、あっても良いと思います。

④いつも変わらぬ態度

子どもの求めに応じたり、応じなかったりと、親の気分や都合で対応が変わらないように、できるだけ一貫した対応を心がけましょう。



⑤何でも話す

遠慮せずに思っていること、考えていることをお互いに話し合える関係を目指す。これは、①～④が成立して初めて達成できるもの。従って、「何でも話せる」という状態が維持できるかどうか、不安定な思春期の子どもにとって良い親子関係になっているかの目安になります。

思春期の課題は、子どもの自立をうまく引き出すことです！“この時期をいかに乗り越えるか”ということが、その後の子どもの人生に大きな影響を与えることになります。しかし、自立とは、「誰にも頼らず一人で生きていく」ということでは決してありません！必要な時は人に頼ることができること。ただし、相手の言いなりになるのではなく、対等な人間関係を保ちながら…です。

自立のためには、周囲から子ども自身が自分の存在価値を認めてもらうことが必要となります。認められることによって自信がつき、人とのつながりの中で自分の力を発揮することができるようになります！つまり、自立の過程とは、自分が周囲に認められ、受け入れられる過程であり、同時にそうした自分に対して「これでいいんだ！」と納得する過程でもあるのです。自立を成功させるには、この2つのバランスをうまくとることが大切です。



「寄せ書きシート」

みんなで寄せ書き 子育てカフェ



(自分の子どもとの関係で、あなたが今、困っていることを書いてください。)

あなたの声

例)
あるある。
うちは、いつも大げんかになります。
でも、それでお互いスッキリするし、
ぶつかり合うのも
いいのかなと思います。
お互い頑張りましょうね!

あなたの声

あなたの声

あなたの声

あなたの声