

思春期、子どもの「チカラ」を信じる

～自立した大人にするために、親と地域にできること～

2016年7月1日
第1回 思春期講座
武蔵丘小学校スクールカウンセラー
森本 智恵子

思春期とは？

- 武蔵丘小学校の子どもたちは？
5, 6年生の様子
 - ・男女の仲、年下との関係
 - ・ギャンググループ、チャムグループ
 - ・先生と子どもたちの関係
- 中学校（烏山中学校）は？
 - ・交友関係がさらに広がる（クラス、部活）

思春期とは？

「子ども」から「大人」への移行期の第一歩

- からだの変化...第二次性徴の出現
⇒自分が日々変化していくことでの揺らぎ
- こころの変化...抽象思考、客観的な視点の獲得
⇒“自分づくり”と周りとの比較


つまり...からだのこころも大混乱の時期！！

思春期とは？

「死と再生」...こころのシステムチェンジの時期


- ・「子ども」としての「自分崩し」
→「大人」としての「自分づくり」

思春期前...学童期（3, 4年生頃）
様々な能力を吸収して高まる、充実していて比較的安定している時期



思春期とは？


思春期（小学校高学年）
児童期から思春期へ
安定した自己像や世界観を壊さざるをえない
⇒破壊衝動の高まり、わけもなくイライラ、大人へ攻撃的になる



思春期の子どもの成長

～ジェットコースターのような心～

- 自己の形成
「できる」「できない」自己評価のせめぎあい
⇒「こういう自分だよ」と受け入れることが目標
アイデンティティ（自我同一性）
- 親子関係の変化
絶対的信頼の親から「一人の大人」としての親
→親離れ、反抗期（自立）



思春期の子どもたちの成長

○親子関係の変化（続き）

- ・離れることの不安→甘えたい（依存）
- ・「自立」と「依存」の間の揺らぎを繰り返す
- * 反抗期は親との関係が十分に作られている証拠

○友人関係の親密化

- ・親から友人へ支えの対象が移っていく
- ⇒「自分さがし（自立）」を行っていく



思春期のこころの子育てのコツ

①子どもの自己評価を高めるような関わり

- ×人と比較しない（兄弟、周りの人）
- ×子どもを否定しない（ダメ、できない）
- なるべく「ありがとう」を言う
- * 普段お子さんへどのような声かけをしていますか？

②子どもの話を聞き、努力を認める

- 「聞きたいこと」を「聞く」
- 「聞いてほしいこと」を聞く



思春期の子どもたちの子育てのコツ

③親に話をしなくなった時、「こころの健康度」を見分ける

- ...友人関係は乏しくなる、表情がいつも暗い、眠れない、食欲がない、趣味を楽しまなくなる
- * 対親のみなのか、身体症状は出ていないか

④話しかけてきたときは、しっかりと向き合う

思春期の子どもたちの子育てのコツ

⑤話をしなくても親の愛情を伝える手段はある

- ...衣食住を整える、安心して居られる場所
- * お子さんの好きな料理は何ですか？
- * 息抜きの方法は？テレビ番組は？



⑥叱責ばかりにならない

- ...叱責が増えると悪循環になることも
- ...本当にダメなことは伝える必要がある

地域の人たちの関わり

○地域の人たち

- ...親とは違う一人の大人、少し距離のある存在
- ボイスチェンジの役割、冷静に話を聞ける

○保護者同士の関わり

- ...お互いがお互いを支える存在

○変わらない存在

- ...激動の思春期の中で変わらない存在



最後に...

今回のタイトル

- 「自立」した大人にするために
- 「自立」した大人になろうとするために
- （あくまで主体はお子さん★）



ご清聴ありがとうございました。