

# 思春期とは、こんな時期です！



## 思春期の子どもの特徴にはどのようなものがあるの？

### ○自分の急激な変化に戸惑っています

子どもたちは表面的には明るく、悩みがないようにふるまっているかもしれませんが、内心は急激な体と心の変化に戸惑っています。

### ○親とあまり話をしなくなる傾向が見られます

この時期の子どもたちは、親や先生から干渉されることを嫌うようになります。子ども時代と変わって親に対して客観的な目を持つようになります。話しかけても無視したりする一方、放っておかれると見捨てられたと思い「すねる」など、矛盾した行動が見られます。親はこれに翻弄されることなくサポートしていくことが必要です。

### ○友達との関係に敏感になる傾向が見られます

自分の体と心の葛藤を親などに素直に相談しにくいことから、同じ状況に置かれている友達との関係を大切にしていきます。しかし、全員が本当に気持ちを許せる友達かといえば、そうではありません。中には仲間からはじかれられないように必死に付き合っている子どももいます。

### ○異性への関心が強くなる傾向にあります

男女とも、お互いに異性の存在が心の中に占める割合が大きくなり、このことが思春期の心の動揺を一層大きなものにしていきます。また、少しの刺激で過剰に反応したり、落ち込んで悩んだりして情緒が安定しません。特に大人の何気ない一言で傷ついたり、反対に励みになったりします。

### ○興味が変わり、新たな価値観を得ようとしはじめます

今まで興味がなかったことに関心が向きはじめたり、今までやらなかったことを始めたりすることがあります。運動、詩や日記など文学、音楽や絵など芸術活動をとおして、新たな自分を発見していくことが見られます。中にはミュージシャンになりたいと突然言い出して親が不安になることもあります。この時期のお子さんとしては心配いりません。

### ○“人間の本质”に関心が向くようになります

「なぜ勉強をしなければならないのか」「自分はどうやって生きて行こうか」「命とは何か」など自分が生きていく上で大切なことを考えたり悩んだりしていくようになります。反抗しながら親の生き方を取り入れていくことが多いので、親も自分の考えを見直さねばならないこともあるかもしれません。

## ☆学校で、子育てについて話し合おう☆

今ほど子どもを一人の自立した大人に育て上げることが難しい時代はありません。日本は戦後世界的な高度経済成長を遂げましたが、その陰で家族や社会の変化に伴い、現在12万人の不登校、100万人以上の成人したひきこもり状態があるといわれ、また、連日虐待に関するニュースが報道されています。

特に思春期以降は、子どもが自立に向かう時期で、この難しい社会に出て立ち立っていく準備の時であり、大きな不安や葛藤に揺さぶられつつ前進していく時です。

我々は、この大事な時期に、保護者、地域の方々が一緒に教育に関わっていくことが大切だと考え、今までのような講演会主体の学習会ではなく、保護者や地域の方々がそれぞれの体験を話し合う中でお互いに学び合えるプログラムを作りました。試行した学校では、保護者の体験からくる意見や悩みが次々と出され、学習会は非常に活気にあふれたものとなりました。

ぜひ、このプログラムを参考に参加型の学習会を開いていただき、保護者や地域の方々にも開かれたく子育ての拠点として、学校をより発展させていただきたいと願っております。

国際医療福祉大学クリニック臨床心理士 小林 順子

