



子育てコラム

思春期の子どもの関わり方



蓮沼小学校長 石井 由美子

「思春期は難しい。さつきまで一緒に話をしていたかと思えば、急に、「指図するな」と怒り出す始末です。もう、どうしたらいいのかわかりません。」

これは、相談の仕事に携わっていた時に来所したお母さんの言葉です。

思春期には、心身ともに劇的な変化が起こります。この時期に、
○自己に向かう攻撃性（自傷行為・拒食症・過食症等）
○家族に向かう攻撃性（反抗・家庭内暴力等）
○社会に向かう攻撃性（反抗・非行・少年犯罪等）等が、大きく前面に表れることがあります。

思春期を迎えた子どもに、親はどのように関わればよいのでしょうか。
答えは、子ども扱いしないで、一人の大人として向き合うことです。

なぜならこの時期の子どもの悩

みは、ほとんど、大人の世界でも起こってくる内容だからです。ですから大人扱いした方が子どもは話そうとするのです。もし、自分が誰かに悩みを打ち明けようとする時、どのような人に話すでしょうか。日常的な雑談は誰とでもしますが、悩み事を話そうとする時、自分のことを尊重してくれる相手を選ぶのではないのでしょうか。ましてや思春期と呼ばれるこの時期は大人になりかかると、難しい時です。あいさつをしながら、言うとしらない、だめだと言えやう、反発するかと思えばべったりくっついてくる、話を聞き出そうとすると話さなくなる。本当にあまりのじゃくです。親とは話さなくなるのが自然で、多少の秘密を持つことが健全な証でもあります。

ですから親として「話したくなければ」という構えを持つことが大切

そのためには、

1、日常会話を大切に

「おはよう」と朝起きたら大人の方から声をかけましょう。自分の存在感を感じ取ります。手伝ってくれたら「ありがとう」を言葉に出して伝えましょう。手伝って当たり前ではなく、感謝の気持ちを伝えます。大人でもありがとうを言われると嬉しくなるものです。あなたを大切に思っています。というところが伝わります。

2、私メッセージを心がける

「あら、そう。そうなんだ。」と、できるだけ肯定的に応答しましょう。伝えたいことがあったら、「私はこう思うけど」と私を主語にした会話をすると、相手を尊重する会話になります。

3、目を見て変化をキャッチ

「目は口ほどにものを言う」といいます。言葉は本心を隠したり、嘘をついたりする道具にもなりますが、目はなかなか嘘をつけません。日頃から目を見て会話をしていると変化に気づき「何かあったんじゃないの」と声をかけることができます。間違いでも感じ取ろうとしていることが子どもに伝わります。

周囲の期待と現実の自分との狭間で様々な矛盾と直面するこの時期。親として受容はするが揺るがない大人として関わっていくことが大切です。

【子育て相談受付中】

子育てで悩んだ時、困った時、不安になった時など子育てに関することならどんなことでも気軽にご相談ください。

相談電話

☎(80)1456

受付時間

月・水・木・金曜日 午前9時～午後4時半

(水曜の午後・祝祭日を除く) 教育委員会生涯学習課