

スクールカウンセラーだより

令和4年9月号

スクールカウンセラー 丹羽 悦子

2学期もよろしくお祈いします



夏季休業が終了し、2学期がスタートしました。お子さんが学校に登校する日常が戻り、ほっとしているのでしょうか？夏休みの生活スタイルが元に戻らず、学校に行き渋りがみられ、心配されているのでしょうか？

もし、心配な状況が見られましたら、2学期も金曜日に来校しますので、相談にお出かけください。担任の先生や教頭先生に予約をお願いして頂ければと思います。2学期もよろしくお祈いします



反抗期と上手く付き合うには

面談を通して、反抗期に困っている保護者の皆様が多いと感じます。子どもは成人になるまでに二度の反抗期があります。一度目は“イヤイヤ期”と呼ばれ、1歳半から3、4歳にかけての第一次反抗期です。そして二度目は小学生高学年から中学生くらいまでの“思春期”といわれる時期に起こり、第二次反抗期と呼ばれています。なかには反抗的な態度を見せない子どももあり、個人差があります。

思春期は、第二次性徴に始まる大きな身体的変化が生じ、精神的には、社会や学校・仲間集団・家族からの影響を受けながら一人の大人として自分を確立していきます。子どもが、急激な変化を体験する時期です。そのため、思春期は、不安やストレス、矛盾などのやり場のない思いが、子どもの心の中に渦巻いており、その反応や行動が、大人にすれば、反抗しているように見えるのです。

反抗期の子どもが取りがちな態度

- ・親の意見や指示を聞き入れない
- ・親を無視する
- ・言葉遣いが乱暴になる
- ・口答えをする
- ・自分の部屋に閉じこもる



反抗期の子どもに親はどう対処する？

- ・大きな気持ちでゆったり構える
- ・コミュニケーションは子どもの機嫌が良さそうな時に
- ・命令・否定的な質問・批判はしない
- ・子どもの話や意見に耳を傾ける

親も1人の人間ですから生意気な口答えをされたり、無視するような態度を取られたりして、ついカッとしてしまいます。見過ごせない発言や態度は、きちんと叱りますが、感情的に叱るのはお勧めできません。より反抗的になるからです。また、子どもの言動がそのまま本心というわけではないことも、理解してあげてください。

例えば「うるさい！」という言葉も親を嫌って出たのではなく、「口出しされたくない」「1人でやらせてほしい」という意志表示であると考えられます。親としてゆったりと構えてみてください。また、反抗する反面、甘えたい気持ちもあるため、放ってばかりではなく、コミュニケーションを取っていくと良いでしょう。タイミングを見計らって話しかけます。そのために普段から子どもの様子を観察し、リビングを安心できる場所にしておく等、意識してみましよう。また、例えば、子どもがスマホを見ながらだらだらと食事をしている、部屋から出てこないなどの態度を取っている場合、「さっさと食べなさい」「食事だから出てきなさい」と命令口調になりがちですが、子どもの気持ちや態度を硬化させる恐れがありますので、「先にご飯を食べて、スマホはその後で見てくれたらお母さんは嬉しいな」「お母さん、あなたと一緒にご飯を食べたいわ」など、主語を自分(親)にすると子どもが受け入れやすくなります。また「まだ宿題ができていないの？」のような質問の仕方は、否定や命令のニュアンスが入りがちです。大切なことは確認する必要がありますが、子どもが「叱られるのでは？」と身構えてしまうような聞き方は避けたほうがよいでしょう。

親が悩む「どうしてあんなことを言うのだろう」「あんな態度を取るのだろう」という点について、子どもたち自身でさえ明確に答えを出せないのが第二次反抗期です。

大変な反抗期の先には、1人の人間としての自立、そして親離れが待っています。どれも成長過程における重要なステップです。引用元：e-ヘルスネット「思春期のこころの発達と問題行動の理解」

来校日：9月2日(本日)・9日・16日・30日、10月7日 いずれも金曜日です

