

思春期を理解する

思春期を生きる子どもは、大人からすると不思議な生き物。なんでそんなことするの？と思うようなことがたくさんあって親はやキモキして小言ばかり。でも子どもは聞く耳持たず…。そんな思春期とうまく付き合っていくために、思春期を理解しよう。

思春期の子の特徴

しゃべることは一人前だが行動は伴わない



情報を収集する力やアンテナは発達するので知識だけは一人前
政治・経済・社会に批判的なことを言い出す子も。

自分には寛容だが、大人の嘘や矛盾には容赦ない



思春期のうちは「大人は汚い」と思いながらも、大人になる
過程で、自分も嘘や矛盾を抱えることを経験し、大人とは
そういうもの、と学習していく。

とりあえず憧れの先輩や漫画の主人公などを真似る



言葉遣い・服装から、思想・生き方などを模倣しようとするが
クオリティは低いために、大人から見ると滑稽に見える。

他者との比較、他者からの見方で自分を判断する



その他者は、その時の自分にとって重要な人や所属集団であり
親や社会ではない。

本当に悩んでいることは相談せずに1人で抱え

1人で処理しようともがく。



こんなことで悩んでいるのは自分だけかもしれない、という、
悩んでいること自体に悩むお年頃。

自分が基準なので、自分で体験しないと納得できない



大人から見ると非現実的な夢（ミュージシャンとか社長とか）も
自分にだったらできるかも、と確信してやまない。

自分の理想とする基準で大人を見たり試したりする



その基準は高いことが多く、そこに達しない大人の言うことは
受け入れない。「勉強なんて意味なくない？」的な哲学的質問を
投げかけ、そこに答えられない大人は不合格となる。

曲や小説などに自分と重なるものを見つけることで

苦しみに輪郭をつけ、軽減させる。



自分の悩みをわかってもらえている感覚を作品から受けることで
救われた気持ちになり、そこにどんどんハマっていく。

あとになって意味に気づき、そこで精神的に成長する



大人から見ると愚かな行動も、その時に自分で気付くことは
できず、数年後になって恥ずかしいことをしていたと気付く。
例えば、数学のノートに書いた謎のポエムとか。

大人側はどう対応すべきか

子どもを信頼し・任せ・見守り、大事なポイントのみ親が口出しすること。思春期は、とにかく悩みが多いもの。それを1人で抱えることに専念させてあげること、つまり、家庭内のことで余計なストレスや刺激を与えない、これが基本スタンス。

☑ 子どもと対等になって衝突しない

売られた喧嘩は買わない。即反撃はせず、いったん撤退してタイミングを待つ。思春期の悪態はスルーするのが一番。

☑ 干渉は控えるが、普段通りの声かけは欠かさずに

子どもと会話するのは小言や喧嘩の時だけ、にならないよう、いつものコミュニケーションは忘れずに。

☑ 好みや思想は否定しない

子どもが最も反発するのは好きなモノ・ヒトを否定されること。多少理解しがたい好みや思想であっても、それが大人になっても続くことは少ないので、大目に見た方がベター。

☑ 「出て行け」「勝手にしろ」などと突き放さない

こういう強度のある言葉はなるべく控える。根に持つ子もいれば真に受けて本当に出て行ったり、怒りに任せて本当に勝手にしたりする子もいる。

☑ 注意や叱責のカードは大事な時だけに使う

好みや思想は否定しないが原則だが、法律やルールを逸脱する行動にはきちんと制限をかけることも必要。これだけは譲れない、ということを絞って、そこにだけ注意・叱責を行う。

☑ 家庭外の子どもの姿にも目を向ける

家では目につくことが多くても、外ではそこそこちゃんとやっている子も結構多い。家での姿が全てと思わず子どもを見ること。また、親よりもちょっと距離のある第三者の方が話が入りやすいこともあるので、誰かの協力を得るのも良い。

☑ アドバイスする時は「母さんだったら～かな」で答える

思春期の子は、反発することが仕事みたいなもの。押し付けられることにはより反発を強めやすい。押し付けがましくならず、情報を差し出し、受け取るかどうかは相手にゆだねる、程度に考えること。

☑ 親と一緒に揺れない、親の手の上で転がす感覚で関わる

1つ1つの子どもの言動に一喜一憂せず、これまでよりも少し大らかに「負けるが勝ち」くらいの精神で。

このシートの使い方（支援者用）

使い方

- ◇ このシートは、思春期の一般的な特徴と、対応についての考え方をまとめたものです。
- ◇ 思春期のお子さんへの対応が、しっくりいっていないと思われる親や、過干渉傾向にある親に対して「思春期のお子さんとはこういうものですから」と導入してアドバイスのネタとして使ってみてください。
- ◇ 話の入りをよくするために、思春期がとりがちな言動などを例示し、思春期の独特さを共有できると良いかもしれません。

思春期あるある



うまくもないブラックコーヒーを
飲んでいる自分を通だと思ふ



洋楽を聞き出す



筆記体を使いたがる



毎朝鏡とにらめっこして
1mm単位で髪の毛を整える



ドクロのTシャツを着る



しょうがなくやっている感を
かもし出す



行く先もわからぬまま盗んだバイクで走り出したくなったり、
夜の校舎窓ガラス壊してまわったりしたくなる。

- ◇ 「思春期の～」と銘打ってはいますが、大人側の対応については、思春期に限らず、どの年代においても、同じようなスタンスが大事ですので、思春期以外の年代のお子さんの場合でも、ポイントポイントで使っても良いでしょう。