

「思春期とは、どんな時期？」

小学校高学年から中学校に入る時期、子どもの心と体には、急激な変化が起こります！
子どもは、自分の変化にとまどいを覚えるのと同時に、自分自身と向き合い始めます。その結果、反抗的な態度をとったり、それまで素直で言うことをよく聞く子だったのに、些細なことで親子げんかになることもあります。この時期は、親子共々、とまどいや悩みを抱える時期であり、それが当たり前ののです！
ですから、反抗も子どもの成長のためには必要なことなのです。この難しい時期をいかに乗り越えていくかは、「こうすればOK!」というような1つの答えは、残念ながらありません。

子どもの思いや、挑戦する姿勢を尊重し、たとえ失敗しても「たくさん失敗していいんだよ」と励ますなど、気持ちを受け止め、一緒に考えることが大切です。



思春期と反抗期の違い

思春期といえば、「反抗期」だと思ふ人も多いと思いますが、実は微妙に違います。

思春期は人生において基本的には一度だけですが、反抗期は二度やってくることがあります。第一次反抗期は2歳ごろに始まるもので、思春期の時期に重なって起こる反抗期は第二次反抗期と呼ばれています。

急激な体と心の成長から自分でもどうしていいのかわからず、また自立への気持ちと学校や友人関係などのストレスから反抗的な態度をとってしまいます。性格にもよりますが、子どもの全員が反抗期になるとは限らず、反抗期がない子どももいます。ですから、『思春期=反抗期』とは、必ずしもいえないのです。

思春期の子のほめ方って？

こんな話を聞いたことがあります。

「思春期に入ったようで、何かほめてもあまりうれしそうな顔をしないんだよね。小学生の頃はほめられるとうれしそうで、私もほめがいがあったのになぁ・・・。」

たしかに思春期の子はほめられても無反応なことが多いように思います。しかし、顔には出なくても本心では『うれしい!』ということはあると思います。ですから、親や先生はくじけることなく子ども達をほめてあげてほしいと思います。

《ほめる時に大切なこと》

①『共感』してあげる

②努力しているところをピンポイントでほめてあげる

例えば、「中学生って本当に忙しいね。部活も宿題もあって。大変だね。」・・・【共感】

「〇〇は時間の使い方を工夫して勉強に取り組んでいるんだね。」・・・【ピンポイント】



親は自分がほめたいことをほめるのではなく、子ども本人がほめられたいと思っていることをほめることが大切です。つまり、自分の価値観を優先するのではなく、子どもの価値観を優先することです。ですから、親から見たら大したことのない趣味でもほめてあげてください。人は誰でも、自分の思い入れが強いことをほめられると本当にうれしいのです。こういう時、自分が認められたと感じられるのです。

子どもが相談したくなる親はどこが違うのだろう！

人は愛され理解されたがっている存在です。理解されないときの不満がたまるとキレることもあります。突然子どもがキレたとき、本人も親も理由がよく見えず、怒ったり苦しんだりしますが、理由はあるのです。

日ごろから相手の話をじっくり聞く、同じ目の高さで考える、深い関心を払う、といった姿勢を親が身に付けることで、子どもは親に愛されている実感を得ることができます。

子どもは愛されていると感じたとき、安定した気持ちで問題に立ち向かうことができます。そして、不必要に攻撃的にならず、他者や問題を受け入れることができ、大きく成長できるのです。

子どもが愛されていると実感できるコミュニケーションをとりましょう！

