

☆思春期について

思春期あたる「第2反抗期」は、小学校高学年から高校生初期ころ。中学時代を中心とした年代に起こります。この年代はちょうど、男の子は声変わりや精通が始まり女の子では初潮や乳房発育が現れる「第2次性徴」の時期にあたります。



思春期とはこれから20代前半まで続く「青年期」を思いう芽生えのころ、という意味です。この時期、男の子は大人の男らしく、女の子は大人の女らしく身体が変化していくと共に、心の状態も大きく変化していきます。それまで、親に頼って生きてきた子が自分で考えて物事を選んでいきたいという欲求が芽生えるのです。

☆親に反発し距離を置こうとするのが特徴

親から見ると、この時期の行動は何かと反抗しているように見えます。

たとえば、親と一緒に行動（外食・買い物など）を避け、親の提案で続けてきたこと（稽古事・ファッションなど）には、やたらと反抗することもあるでしょう。

親の生き方や行動を引いた目で見ても、「ダサい」「ウザい」などと批判し、馬鹿にすることもあるでしょう。

また親だけでなく、教師や学校、親戚など、大人社会全般にも批判的になったりします。そのため、大人からの注意を素直に聞かず、地域活動や親戚付き合いから遠ざかる子も多いのです。さらには、大人社会が決めた常識やルールを破り、同年代の仲間のルールを優先したりすることで、既存の大人の支配からの脱皮を試みる行動もよく見られます。

このような態度は、子供のほうから積極的に「乳離れ」をしようと試みる証。これを「心理的離乳」といいます。とはいえ、まだ自己も確立されていません。身体も精神も発達途上の段階なので、親には危なっかしく見えてしまうもの。けれども、本人は、真剣に親の依存から卒業し、親子関係を変えようと試みているのです。

☆仲間、異性にどう見られるのかを気にし始める

この時期、親との関係が疎遠になると共に、同世代の友達との関係を重視するようになります。

仲間との情緒的な絆や仲間同士のルールを重視し、合わない仲間外れにされることもあるため、周りとの調子を合わせることに必死になります。

また、異性のことも意識し始めるようになり、自他の性的魅力にも関心を持つようになります。そのため髪形にこだわったり、体形を気にしたり、異性をひきつけるファッションに夢中になる子も増えてきます。一方で、自分の性的な魅力に自信を持ってない子は、強い劣等感を抱くこともあります。

この時期の仲間や異性への思いはとても複雑であり、ちょっとしたことを言われても傷つきやすくなります。仲間や異性に認められたい、仲間外れにされたくないという思いが切実になり、「見られ方」を非常に気にするようになります。

また、自我意識の芽生えにより、自分の内面に目を向け始めるのに、仲間同士では外側の部分（用紙・ファッション・目立つ行動など）を意識することが多く、表面的で浅薄な付き合いに葛藤し、孤独感を募らせる子も少なくないです。

☆親は、見守りながらも、漠然とした態度で

この時期の子は、親と距離を置くことで大人になろうとします。また、自分の抱えている葛藤や複雑な思いを親に知られたくない、という思いも強くなります。そのため、親は子供の行動を詮索しないことが大事。心が揺れ動く時なので距離を置こうとしている時は干渉しないように近づいてきた時は受け入れてあげるようにして見守っていく姿勢をとるように心がける必要があります。

生意気なことを言ったり、無視したり、関わりを拒否することも増えてくるとは思いますが、そのたびに過剰に感情的、否定的になって、子供と無益な衝突をしないことです。親は心のゆとりをもって対応しましょう。

かといって、無理な要求や生意気な態度すべて容認することは好ましくない態度です。子供は、反抗しながら、親の反応や態度を探ろうとしています、子供の反抗的態度を理解しながらも理不尽なことには漠然とした態度で対応することが大切です。

思春期の子供に接する10ヶ条

- ①子供を大人の力で変えようという思いは捨てて、肩の力を抜こう
- ②「どうして〇〇しないのか」という子供への不平不満を捨てよう
- ③今、現にある子供の良さ、子供なりの頑張りを認めよう
- ④子供への指示・命令・干渉をやめよう
- ⑤子供から話してきた時は、忙しくてもしっかり聞こう
- ⑥子供の約束は守ろう
- ⑦子供に本当に悪いことをした時は、素直に謝ろう
- ⑧威嚇・暴言、体罰で子供を動かそうという思いを捨てよう
- ⑨本当に心配なことは、きちんと向き合って、しっかり注意しよう。
- ⑩子供になるべく「ありがとう」と言おう

最後に

子育てに正解はなく答えもすぐには出ない

小児科の先生いわく思春期の問題は小さい時からの子育てが大事だそうです。また、ある小児科の先生は、子供が思春期・青年期になってから、親がちょっと寂しい思いを感じたらそれは、子育てが上手くいっている証拠だとお話する事もあるそうです。親も1人で悩まずだれかに話したりして溜め込まない事が大事です。

<引用>

ネットから大美賀直子、激しい反抗期を親はどう乗り越えるか？【2】思春期

明橋大二 10代からの子育てハッピーアドバイス