



平成28年度

茂木・須藤地区学校保健委員会報告

(担当：須藤小学校)



去る7月14日(木)、茂木・須藤地区学校保健委員会が、茂木中学校を会場に開催されました。お忙しい中、ご参加くださいました皆様、ありがとうございました。

学校保健委員会は、毎年茂木・須藤地区の子どもたちの健康づくりを学校、家庭、関係機関が連携し、子どもたちの心と体の健康づくりを推進していく組織です。今後ともご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

◇講話「思春期の親子関係を考えよう」

講師：跡見学園女子大学

文学部/大学院人文科学研究科・臨床心理学専攻

教授 伊澤 成男 先生



近くの人と話し合ったり、自分の心の中で考えたり、それぞれが子どもとの関係について考えさせられる内容でした。和やかな雰囲気にも包まれた講演会でした。一部をご紹介します。

あなたが日頃よく使っている言葉は？

あなたがお子さんに一番よく使う言葉は ()

お子さんが、言われてイヤな言葉は ()

お子さんがあなたに一番よく使う言葉は ()

お子さんには何か悩みがあると思うか (Yes 不明 No)

→ (Yes と答えた方に) それは主にどんなことだと思いますか？

* (友だち関係 親子関係 先生との関係 いじめ勉強・成績
部活 身体 将来 その他)

「あなたのため」という言葉が一番子どもの反発を生むそうです。中学生になると、親より友人に相談するということが多くなります。父親に子どもが相談するときはめったにないこと。作業をとめてしっかり聞いてあげてくださいとのことでした。



思春期とは

「空想・理想・幻想の世界」から「現実の世界」へ。物事や人を批判的に見るようになる。子どもが手をつながなくなったら「思春期」→関心が「心の内側」になる。かわり方に距離感、境界線ができる。

◆ 同級生の仲間関係

男子グループ：メリットを求める。1人でいても大丈夫

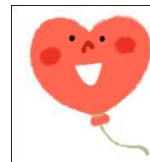
女子グループ：1人していると周りの目が気になるのでグループでいる子が多い

グループの構成理由
が男女で異なる



自尊感情について

- ◆ 日本の青少年の自尊感情は諸外国に比べると低い
- ◆ 自尊感情は年齢とともに低下していく（日本では）
- ◆ どうやって育てるか→小さいうちから自信をつけられるように支援すること
日頃からの声掛け（ほめること・認めること・賞賛すること）



「思春期」へのかかわり方のヒント

- ◆ 「ネクタイ売場」の法則
 - 相手が迷っているときに、先回りをして声をかけるのではなく、相手の様子・態度をよく観察して的確な言葉かけをする
- ◆ 「私メッセージ」⇔「あなたメッセージ」
 - 「学校に行きなさい」というより「わたしは学校に行ってくれと嬉しいな」というほうが伝わり方が柔らかくなる
- ◆ 「鉄はややさめてから打つ」法則
 - 冷静になってから話をする



「親が喧嘩していると、子どもは気を使い、小さなカウンセラーになってしまう。会話があふれるよい家庭環境を整えることが大切である。」



○参加者の感想・意見

（たくさんのご感想をいただきました。一部を紹介いたします。）

- ・これからは、子どもに「あなたのためだから」「あなたを思えばこそ」という言葉は、反発されるので、言わないようにしようと思いました。楽しい、ためになる講話でした。
- ・子どもが幼い頃からの愛情を注ぐことが、将来周囲に気遣いができる子になることが分かりました。つい忙しくて、子どもに「抱っこ」をせがまれてもイライラをぶつけて…今思うと後悔することもたくさんあります。
- ・最近思春期で女の子のせいか、向き合い方が難しいです。今日の講話、大変勉強になりました。子どもの様子を見て言葉を選びたいです。
- ・後半の話がとても良かったです。もっとお話を聞きたかったです。
- ・もっと子どもに目を向け、向き合いながら生活していかなければならないと感じました。肯定的な言葉掛けをしていかなければならないと感じました。
- ・これからの親子関係の大きなヒントになり、親として前向きに子育てを楽しみたいと思いました。
- ・冒頭の「子どもの小さなカウンセラー」の話に少々反省をしました。「子どもは子どもらしく生きなければ！そういう環境を整える事が大切…」本当にそうですね。子ども～大人へと成長の道のりは奥深いですね。
- ・ネクタイ売場の法則、なるほどなと思いました。自分を見つめ直すいいきっかけとなりました。
- ・思春期をもつ親として、大変ためになりました。頭では分かっているつもりでも、忙しさから話しをしっかりと聞いてあげられなかったり、ある面では過保護であったり、反省することです。子どもが自信をもって育つよう、もう一度考えなおしていきたいと思いました。
- ・親の目線からだけでなく、子どもの目線からはどう見られているのかというお互いの関係のお話を、具体的なことをお任せながら聞くことができ、とても参考になりました。ありがとうございました。