

## 反抗期

## 「反抗期は自立をめざすあらわれ」

こんなことありませんか？

小学校5年生のみちおさん。夏休みの課題に科学作品を作ると言いました。しかし、夏休みになっても、なかなか科学作品に取り組もうとしません。お父さんは、いろいろアドバイスをしますが、「自分でやる、ほっといて。」の一点張りです。もう、お盆も過ぎてしまいました。お父さんは気が気ではありません。



ワーク1

子どもが、「自分でやる」と言って、言うことをきかない場合、あなただったらどうアドバイスしますか。

.....

.....

.....

.....



## ワークシート2

## ワーク2

わが子が素直に言うことを聞かなくなった時、どんな言葉かけをしていますか。効果があった言葉かけを交流しましょう。



## ◇他の方の意見をメモしましょう◇



いいね!



いいね!

今日気が付いたこと、わが家でもやってみようと思ったことは何でしたか？

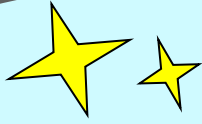


今日からぜひやってみてくださいね。お疲れ様でした。



2～4 歳ごろが第一反抗期（いわゆるイヤイヤ期）、そして思春期に入る時期の反抗期を第二反抗期と呼んでいるよ。親に対して批判的なことを言ったり、反抗的な態度をとったりして、対応にオロオロする時もあるかもしれない。反抗期を子どもが精神的に自立するために大切な過程だととらえて、お互いへの理解を深めるきっかけにできるといいね。一人で抱え込まないことが大切だよ。

# 実践カード



## 輝き見つけカード ～今日のうれしかったこと～

名前

今日のお子さんの姿で、うれしかったことをカードの中に書きましょう。




月 日

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_




月 日

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_




月 日

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_




月 日

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_




月 日

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



お子さんからのメッセージ

## 反抗期は自立への一步

### 発達段階・家庭教育で大切にしたいこと



#### 胎児期

生まれる前

#### 健康な胎内環境による心身の基礎構築

- 新しい命の誕生を喜び、子育ての情報を得て、イメージづくりをする。

#### 乳児期・ 幼児前期

0~3歳

#### 安心できる親子関係の構築

- 家族のふれあいを通して、愛情に支えられた豊かな人間性・社会性の基盤を育む。



#### 幼児後期

4~6歳

#### 自発性の芽生え

- 遊びや生活の中で、ほめたり認めたりしながら、社会性の獲得を手助けする。



#### 児童前期

7~9歳

#### 自律心の芽生え

- 様々な活動をとおして、知・徳・体のバランスの取れたしつけを行う。

#### 児童後期

10~12歳

#### 自分らしさの気づき

- 大人の世界に踏み出すために悩み葛藤する子どもにとって、家庭が精神的安らぎの場となるよう、子どもを温かく見守るとともに、適宜助言する。

#### 青年前期

13~15歳

#### 他者意識の芽生え

- 一方的な要求や叱責ではなく、子どもとの対話を大切にして、子どもが他者との関係の中で自分の存在を認められるように支援する。

### <反抗期の心の状態>

思春期に当たる「第二反抗期」は、何かと親に反発し、距離をおこうとする子が増えます。「第二次性徴期」とも重なり、親の生き方や行動、社会全体にも批判的になります。自立の気持ちが強まり、自分で考えて行動したいと思うようになります。

### 自立と依存

矛盾した気持ちが不満や反抗になって現れます。

#### <親から離れる反抗>

- ・親を無視する
- ・挨拶や返事をしない
- ・親を避けて部屋に閉じこもる

#### <親に向かう反抗>

- ・親に口答えする(暴言を吐く)
- ・親にイライラして物にあたる

## 第二反抗期



気持ちの矛盾を乗り越えて自立する

## 反抗期の子どもにどんな言葉かけをしたらいいの？



会話がない時

### まず、日常会話から

親から「おはよう」「おかえり」とあいさつし、「ありがとう」を口癖にすると、子どもは見守っている親の存在を意識します。

### 子どもの話に耳を傾ける

「そうなんだ」「いいんだよ」「それで〇なんだね」子どもが話を始めたら、心に寄り添いじっくり聞きましょう。(あいづち・くりかえし・言い換える)



受け止める

### 互いの思いをはっきりさせる

「こういうことが言いたいのかな」と子どもの気持ちを確認します。そして「私はこう思うんだけど」「こんなことが気になっているんだ」と伝えましょう。



伝えたいことを明確に

### 具体的な解決方法を話し合う

「あなたはどうしたいの」「いいんだよ、ここから始めてみたら」と安心感を与え、「大丈夫、きっとうまくいく」と子どもの選択を信じましょう。



解決方法を話し合う

## 反抗期にある中学生の子どもと、適切な親子関係を育むには？

## 関係が切れてしまう対応

## ① 自分の感情で相手を非難する

「何時だと思ってるの!」「何でこんなこともできないんだ!」

⇒子どもは、親からできていない部分ばかりを見られているように感じてしまうので、劣等感を覚えて近寄らなくなります。

## ② ものごとを否定的に関連付ける

「こんなことだから、また失敗したんだよ!」「今日もさぼるんでしょ!」

⇒子どもは、どうせできないと思われているんだろうと、自己否定的になったり、親への拒絶感が高まります。

## ③ 本当の気持ちと反対のことを言う

「勝手にしなさい!」「もう、知らない!」

⇒子どもは、言われた言葉をそのまま受け取り、見捨てられたと感じてしまいます。

## ④ 説教

⇒自分には関係ないと思ってうるさがられるだけでなく、説教は上から目線になりがちなので、拒絶反応を呼んでしまいます。

## ⑤ 命令・脅迫

「さっさと風呂に入ったら?」「ちゃんと夜寝ないんだったら、ネット解約するよ!」

⇒親としては軽い指示や提案のつもりでも、被害的にとらえる子どもの場合は、命令や脅迫と受け止めます。



## 適切な話し合いの進め方

## 第一段階 「ドアを開ける」(安心できる場所づくり)

- ・安心して話せる場所をつくり、相手が話す準備があるかを確認しましょう。
- ・日常的な挨拶は、安心して話せる場所づくりに欠かせませんが、トラブル場面でも、「おかえり」「ご飯食べる?」といった普通の会話が、子どもの警戒心を低めます。
- ・お互いに落ち着いたら、「今、話せる?」と話す意思があるかを確認しましょう。OKが出たら、第二段階です。

## 第二段階

## ・ステップ1 気持ちを受けとめる

「そうなんだ」「そんなふう感じてたんだね」

## ・ステップ2 何を伝えたいかを明確にする(自分・相手)

「こういうことが言いたいのかな」

「お母さんが伝えたいのは、こういうことなんだよ」

「こんなことがお父さんは気になっているんだ」

## ・ステップ3 具体的な解決方法を話し合う


## ・ステップ4 会話が違う方に行きそうなときは、戻す

「今は、この話をしたいので、まず、これを終わらせよう」



ねらい

- 反抗期の子ども、思春期独特の発達の特徴について理解し、子どもにどんなアドバイスをしたらよいか話し合しましょう。

時間	進め方	留意点
10分	<p><b>はじめのことば</b></p> <p>「みなさん、こんにちは。本日は参加いただきありがとうございます。今日は『反抗期の子どもへの接し方』について考えましょう。」</p> <p><b>アイスブレイク</b></p> <p>「最初にみなさんで簡単なゲームを楽しみましょう。では、やり方を説明します。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆バースデーチェーン(誕生日の早い順に並ぶ)</li> <li>◆ルールはひとつ(絶対話さない)</li> <li>◆並び終えたら、順に名前と誕生日を言う。</li> </ul>	<p>◇笑顔で親しみやすい言動を心がける。</p> <p>小道具として「お茶」やちょっとした「お菓子」があると、やわらかい雰囲気を出し、話も弾みやすくなる。</p>  <p>◇「7 アイスブレイク④」参照。</p>
30分	<p><b>3つの約束の確認</b></p> <p>「では、これから活動に入りますが、その中でみなさんに守ってほしい約束が3つあります。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆3つの約束を確認する。</li> </ul> <p><b>ワークショップ</b></p> <p>「まず、ワークシートをご覧ください。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆「こんなことはありませんか?」を読む。</li> </ul> <p>&lt;ワーク1&gt;</p> <p>「あなたは、「自分でやる」と言って、言うことをきかないお子さんにどんなアドバイスしますか。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ワークシートに考えをメモし、交流する。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分でやる意思がすごいね。</li> <li>・困ったことがあったら相談してね。</li> </ul> </li> </ul> <p>&lt;ワーク2&gt;</p> <p>「わが子が素直に言うことを聞かなくなった時、どんな言葉かけをしていますか。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ワークシートに考えをメモし、交流する。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・あいさつを必ず交わすようにしている。</li> <li>・頼んだことしてくれてありがとう。助かったわ。</li> <li>・そういえば～かな。(視点をを変える)</li> <li>・母さんもダメだった。(自分の失敗談を話す)</li> </ul> </li> </ul>	<p>◇「3 3つの約束」参照。</p> <p>◇家庭内の話題も出るため、信頼関係が大切であることを理解してもらう。</p> <p>◇「5 進行役について(1)子育てサロン型」参照。</p> <p>◇ワークシートにメモする時間がなければ、そのまま交流に入ってもよい。</p> <p>◇参加者が話しやすくなるよう、進行役が最初に困っていることや悩んでいることを話すもよい。</p> <p>◇時間配分を考え、全員に話す機会を与える。</p>
20分	<p><b>振り返り</b></p> <p>「今日の話し合いを聞いて、いいと思ったこと、やってみようと思ったことは何ですか。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ワークシートに考えをメモし、交流する。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・あいさつを必ず交わす。</li> <li>・自分でやると言ったことは尊重する。</li> </ul> </li> </ul> <p>「いろいろな意見の中には、今日からいかせそうなヒントがありました。私は○○さんの△△という意見がなるほどと思いました。話し合うことで気持ちが軽くなった方もいらっしゃるでしょう。これからも積極的にこうした機会を活用してください。実践カードを使って家庭でもチャレンジしてみましょう。」</p>	<p>◇代表で1～2人に話してもらう。</p> <p>◇時間があれば、資料2、3を配布し、読む。</p> <p>◇進行役が参加者と同じ目線で「こんなヒントをもらった」という話ができるとよい。</p> <p>◇資料1を配り、各家庭での実践を促す。</p>