

子育て世代（中高生）対象プログラム展開例(45～60分)

「大人なの?」「子どもなの?」 ～大人になり始めた我が子へ～
☆プログラムのねらい

第二次性徴期の子どもの心理について知り、子どもとの接し方、親として伝えておくべきことについて考える。

時間	進め方	準備物等
導入 10分	<p>アイスブレイク</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 4人程度のグループをつくり、自己紹介をする。 ・ 自分が中学生（または高校生）の頃の思い出を話す。流行っていたもの、ハマっていたもの、どんな子だったか、親や先生などの周囲の大人に対してどんな感情を抱いていたかなど <p>＜ルールとマナーを確認する＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 積極的に参加しましょう。 ● 一人一人の考えや思いを尊重しましょう。 	アイスブレイク集
展開 30～ 45分	<p>ワーク1</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 冒頭の「こんなことがありますか?」にチェックし、子どもの心や体の変化で、気になっていること、心配なことなどについて書く。 ② 互いに共有し合い、今日の学習で解決したい各自の課題を明確にする。 <p>まめ知識 思春期の心</p> <p>思春期の心の特徴について説明し、チェックシートのような行動に対して、どのようにかわっていくかを、助言する（補助資料参考）。</p> <p>※ 一般的な傾向であり、成長に伴う変化には個人差があることを伝え、この時期に同様の特徴がないと異常ではないかという心配を抱かせないように配慮する。</p> <p>LGBTとは?</p> <p>資料をもとに、LGBTについて説明する。</p> <p>ワーク2</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 中高生の男女の交際について、自分なりの考えを、理由も含めて書く。 ② グループごとに、互いの考えを出し合う。 <p>大切にしたい自分のこころ・からだ 「束縛は愛じゃない」(デートDVD)</p> <p>性に関する事柄は、オープンにすることをタブー視する傾向があるため、子どもは、親に見つからないところで情報を得たり行動したりする。インターネット、雑誌、友達からの誤った情報や不適切な出会いから性被害や望まない妊娠などのトラブルに巻き込まれることもある。</p> <p>近年、男女を問わずデートDVの被害に合うケースが増えている。</p> <p>親や周りの大人から「大切にされている」という実感(=「自己肯定感」)が低いと、「交際相手だけが、自分を理解し、受け入れてくれる存在である」と思い込んだり、交際相手に否定されたら自分を失ってしまうという不安から、歪んだ依存関係に固執する危険性がある。</p> <p>小学生の以上に「愛している」「見守っている」「大切に思っている」ことが伝わる接し方に配慮し、自己肯定感を高める必要がある。とは言え、構い過ぎは逆効果。子どもをよく観察し、「ありがとう」を伝える場面を見逃さない、落ち込んでいるときは何も言わず、子どもの好きな料理を準備するなど、子どものために少しだけ「手間ひま」をかけるとよいことを助言する。</p> <p>ワーク3</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 我が子に対して「これだけは」と思うこと、その伝え方について各自の考えを書く。 ② グループごとに、互いの考えを出し合い、全体に紹介する。 	参考 内閣府男女共同参画局リーフレット「人と人とのよりよい関係をつくるために」
まとめ 5分	<p>ふりかえり</p> <p>プログラムを通して考えたことを各自書かせ、感想などを発表させる。</p> <p>※ ファシリテーターからのアドバイスをする場合、意見の押し付けにならないように留意する。</p> <p>＜ルールとマナーを確認する＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 講座で知り得た個人情報以外へ持ち出さないようにしましょう。 	

※ 時間は必要に応じて調整してください。

思春期の心理

思春期の心理状態を理解するには、思春期の心理状態を理解する大切なキーワードがあります。それは「依存と自立」、「矛盾と葛藤」、「称賛と承認」です。

この時代の子どもたちは、一時的に親との距離をとり孤独な世界に身をおくことがあります。このような言動が感じられた時は、思春期に入ったと考えられます。この時代は大変ナーバスになっており、親（大人）の一言に時に過剰反応してキレたり、また、些細なことで「傷ついたり」します。

①依存と自立

この時代の子どもたちは、親と距離を置いて自立しようとし（親からみますと時には勝手なことをしていると見えますが）。親が話しかけても「別に」「関係ない」「無言（しかと）」、「うざりたい」等の対応をします。このような時は、親がむきになったり、過剰に反応しないことです。

ここで注意すべきこととして、無視したり、返事をしないからとか、話しても会話にならないのと言って話しかけること止めないことです。親は必要なことや言うべきことはきちんと話してやってください。親の言っていることは十分わかっていますので心配しないで話しかけてください。（子は分かっているからと言って親のいうことを素直に聞くということではありません。）このような過程を経て次第に「依存」から「自立」へと成長します。

②矛盾と葛藤

大人が子にいくら言っても分からないからと話しを止めると、子どもは親に見離されたと思い、更に糸の切れた凧のような行動をとります。つまり、勝手にさせて欲しいが、関心だけはもって欲しいと「矛盾」した言動をとるのです。

また、親の言うことが正しく、内心では同意している場合であっても、素直に聞けなかったりすると、本人は、矛盾した気持ちに葛藤を起します。特に反抗期の言動はこの繰り返しです。親は、このような心理状態を十分理解した上で、注意や叱り方を工夫することが必要です。

③称賛と承認

思春期以前の親子関係は支配的関係が中心であったと思いますが、思春期になれば、指示待ちから自分で考え行動する自立型になっていきます。しかし、自立していくためには、何かの基準が必要となり、男の子の場合は父親がモデルとなり模索します。また、暗中模索の中での行動であることから常に正しい考え方や行動をとるわけではありません。そのような中で自分の行動が大人から称賛されれば、今後の行動の際の指標となり、同じ行動を定着させていきます。しかも、それが一定の評価（承認）を得られると自己の存在を肯定されたことになり、自己評価が高まることへ繋がります。自尊心や自己肯定感が強化されることとなります。このようなことを確認しながら思春期をおくことができるのであれば、自我の確立を果たし大人へと成長します。

これらの3つのキーワードを踏まえ、くれぐれも自尊感情を傷つけ、人格を否定したような叱り方は避けてください。