今後の子どもたちとの向き合い方

スクールカウンセラー
深瀬真一

高校生はどんな段階？

- 自分はどのような性格なのか。将来どのような生き方をしたいかを模索しながら自分自身（アイデンティティ）を確立していく時期。
- 特に2年生の段階は、高校卒業後の進路について本格的なイメージ（見通し）を持つ事が求められる段階に突入する。
- 親子関係の質的な見直しも図られる時期であるので、関わり方に工夫が必要な時期となる場合が多い。

自立・独立に向けて

- 身体的な成長・発達に伴い、「自立・独立したい」という気持ちも強くなってくる。
- 身体がこれだけ強くなってきたのだから、もう誰の力も借りないで、自分１人で何かできるのではと思うようにもなる。
- 自分1人の判断で、思ったようにやる、やりたいと思う。
- 親の忠告やアドバイスにあまり耳を傾けない事柄が増えてくるが、親の立場からすれば、まだまだ不完全な部分に目が向きやすい。

自分を見直す

- 自立のプロセスとして、自分という存在を根底から見直すタイミングに入る。
- 親から心理的に離れる時期となるが、離れる事に力点が置かれている訳ではなく、そこで自分をよく見つめようとしている。
- 親との距離感が一定ないと、健全な自立に取り組めない。
- ただ、親との距離感を取る為にはそれなりの勢いとエネルギーが必要となる場合が多い（穏やかには進まない）。
- 往々にしてイライラを通して体現されていく（いわゆる反抗期。）

揺れやすい気持ち

- 一方で急に甘えてきたり、構ってもらいたがったりする面も出てくる。
- 人は誰でも自分自身がかわいいし、自分を認めてもらいたいと思うもの。
- 口では「自分が嫌い」、「死にたい」と言ったり、実際、自傷行為や自殺を試みたりする場合もあるが、それでも本当の本心は、やはり自分は人から受け入れられたい、愛されたい、人に甘えたいと思うのが自然な事。
- 自立のプロセスに入ると自信が持てなくなるタイミングが格段に増える。

向き合う時に意識する点

- 「親の言う事を素直に聞く」は親の安心には繋がるが、子どもの心の成長とは別問題である事を意識すること（あまりこだわり過ぎない）。
- 高校生年代で身に付けるべき能力は自分自身で考え、目的を持ち、自分の選択に責任を持てると思えること（主体性）。
- 高校生年代で出来る親の役割は、子どもの主体性をいかにサポートできるかがポイントとなる。
- ただ、時間がかかるので焦らずに見守る覚悟が必要。

注意してもらいたい点

- 高校生年代の子達は、一見毎日を何気なく過ごしている様に見えて心の成長において大きな**エネルギー**を毎日消費している。
- その為、心身ともに**不安定**になりやすい時期でもある。
- 同時にその不安定さに周囲が**巻き込まれやすい**事も特徴的。
- 子どもの不安定さに周囲の大人がある程度冷静に対応できる**距離感**を知っている事が何よりも大事（親子**共倒れ**にならないように）。
- 毎日子ども達は**ベスト**を尽くして過ごしているという見方が大切。

子どもとの関わり方に困ったら…

- スクールカウンセラーも気軽にご利用いただけたらと思います。

◎水曜日　12:00～17:00　担当　：　藤枝　一美

◎土曜日　11:00～16:00　担当　：　深瀬　真一

※お申込み・お問い合わせは保健室「木村」か「担任」までご連絡いただけますと幸いです。

ご清聴
ありがとうございました