

## Ⅲ-1 思春期の心 ～青春時代へタイムスリップ～

思春期は、保護者にくっついたり離れたりしながら成長していく時代です。保護者や先生に反抗したり、何となくイライラしたり、無気力になったりするようになることは思春期では当然の変化なのです。保護者の方も、腹が立ったり、どんなことが起こるのか不安になったりと、子ども以上に緊張したりして。

でも大人になった人はみんな経験しているはず。それなのに、なぜわが子の思春期に動揺するのでしょうか。

青春時代にタイムスリップして、思春期真っ只中の子どもとの関わり方について考えてみましょう。

### ワーク1 『私の思春期』

- 自分がわが子と同じ年齢だった頃を思い出して書きましょう。



①好きな教科、嫌いな教科	②思い出に残っていること（学校行事等）
③夢中になっていたこと	④好きだった芸能人

- 今のわが子を見て、あなたの思春期の頃と同じだなあと思うことがありますか？  
自分はどのように保護者（自分の親等）と関わっていたか、どのように保護者のことを思っていたかをふりかえり、書きましょう。

### ワーク2 『保護者からみた子どもの変化』

- 思春期を迎える前と比べて、子どもの変化で気付いたことを書きましょう。

	こんなところが変わったと感じた
親や家族との関係 (会話などから気付いたこと)	(例) 会話がはずまなくなった。面倒くさがる。
学校生活や私生活に関して	(例) イライラしていることが多い。人前に出て活躍することで、自信をもったようだ。
友達との関係	(例) メールで連絡をとっていることが多い。交友関係が広がった。
その他 (自立したことなど)	(例) 自分のことは自分でできるようになった。部活動に熱中し、意欲的になった。

### ワーク3 『思春期を迎えた子どもへの接し方』

#### ●変化した子どもにどのように接していけばよいと思いますか？

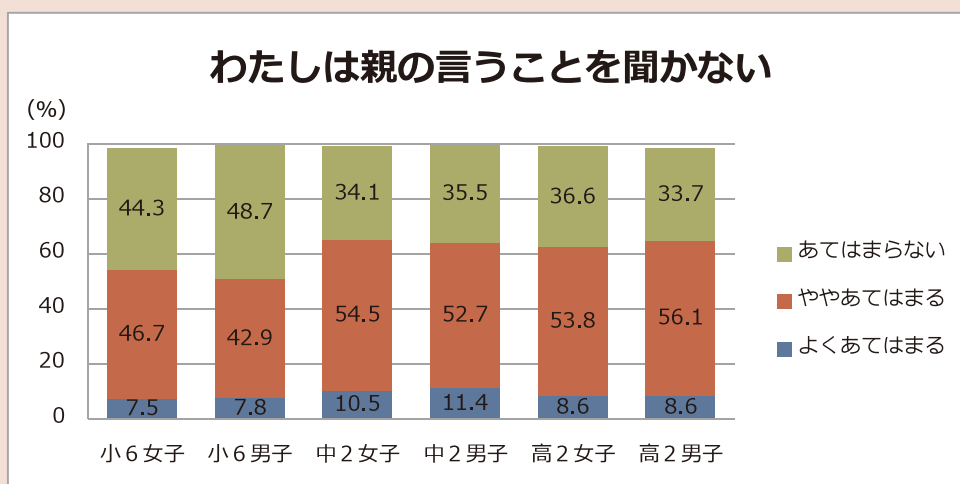
ワーク2をもとに、書きましょう。

### ふりかえり

●あなたはどれくらい子どもの気持ちに近づけましたか、書きましょう。

●わかったこと、考えが変わったことを書きましょう。

#### 資料1



文部科学省：「児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査」(平成14年)

資料2 家庭教育手帳「楽しい子育て」(高知県地域家庭教育推進協議会)

→高知県教育委員会事務局生涯学習課からダウンロードできます。

<http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/310401/files/2014053000311/kateikyoubukutetyou.pdf>

ねらい	自分の思春期や子育てを振り返り、保護者同士で思春期の子どもについて話し合うことにより、子どもとのより良い関係づくりについて考える。		
実施のポイント (評価など)	○思春期の子どもに対する理解を深めることができる。 ○グループ協議を通して、自分の子育てを客観的に振り返ることができる。		
事前準備	○ワークシート（できればワークごとに1枚ずつ配布できるようにしておくとうい。） ○参考資料（まとめの部分で配布する。） ○名札 ○筆記用具		
時 間	学習活動	学習活動のねらいとポイント	準備物
導 入 15分	ワークの趣旨説明 ○アイスブレイク ・自己紹介 ・グループづくり	・プログラムのリード文をもとに、趣旨を確認する。 ・参加者の緊張をほぐし、自由に意見が出やすい雰囲気づくりを行う。 (自己紹介も含む) ・5～6人のグループをつくる。	名札
展 開 15分	ワーク1 ・各項目に記入後、自分の思春期の頃と同じだと思うことや親との関わりについて記入する。 ・グループで話し合う。	◎自分は、どのように親と関わってきたか、どのように親のことを思っていたかを振り返ることをねらいとする。	(ワーク1のシート)
20分	ワーク2 ・わが子の変化について、記入する。 ・子どもの変化について、話し合う。	◎思春期の子どもの変化についてグループで話し合うことで、子どもに対する理解を深めることをねらいとする。  ・4つの項目について、具体的に記入する。 ・マイナス面ばかりでなく、プラス面も書くことを説明する。 ・この場で話し合ったことは、他言しないことを約束する。	(ワーク2のシート)
30分	ワーク3 ・ワーク2をもとに、変化した子どもにどのように接すればよいか記入し、グループで話し合う。 ・グループで話し合ったことを発表する。	◎思春期の子どもとのより良い関係づくりについて考えることをねらいとする。  ・ワーク2で話し合ったことをもとに記入する。 ・考えが違っても、受容的・共感的な姿勢を持ち、互いの意見を尊重するように約束する。 ・ワーク2の子どもの変化も踏まえて、話し合ったことを発表し、接し方について全体で共有する。	(ワーク3のシート)
まとめ 10分	ふりかえり ・ワークシートに記入する。 ・発表し合い、共有する。	・資料1、資料2について説明する。 ・全体で出された考えをまとめ、話し合ったことを、自分の子育てにぜひ生かしてほしいことを伝える。	