

# 『おおきな木（通級指導教室）』 だより



豊中市立大池小学校 R5 (2023) 3・15 No.5

## “高学年”はつらいよ！ —思春期のこころの謎—

まもなく卒業式。そして4月は進学・進級の季節です。

それなのに、「幼稚園にもどりたいな〜」などの後ろ向きな発言も耳にします。人間係に悩む子、中学生になるのが心配な子・・・大きくなることに不安を感じる子どもたちが最近さらに増えているのではないかと感じています。

### 思春期の子はなんでこんなにややこしい!?

脳の構造からみましょう。

子どもの脳の発達には、まず「大脳辺縁系＝情動・欲求を司る」が発達して、遅れて「前頭前野＝知識を司る」が発達する（25歳ころに）と言う話を聞きました。だから、思春期（高学年～中学生）の考え方や行動は不安定なのだ、と。

さらにこの時期は

○広く社会を見ることが出来る

⇒自分の容姿や成績などが人から見てどう見えるか、  
ランクづけするとどうなのかがとても気にかかる

○好奇心が旺盛

⇒大人から見て危ないこと興味を持つ。  
危険なことをしたがる。あぶないことや人に近づく

○過剰な仲間意識をもつ

⇒気の合う友達とつるんで仲間をつくり、  
自分たち以外を寄せ付けない⇒「いじめ」につながる

など、心の成長が結果としてよくない傾向、よくない行動に結びつきやすい特徴があります。



### 6年間でこんなに変わる小学生!!

低学年では規則などを守らない友達がいると「あかんねんで〜」と言っていた子ども達ですが、この時期は親や先生に話せば「チクった」とマイナス評価になります。それで、子どもは隠し事をしているつもりはなくても、大人から見ると隠し事に見えたりします。「学校のことをちっとも話さない」と言われる保護者さんが増えるのもこの年代です。

また、社会一般の“正論”やたてまえが通じず（“正論”はウザい、ダルい）、大人と真逆の価値観を持ち始めます。

そのため、大人や学校社会とまさつが起きやすく、お互いにストレスを感じ、子どもは「大人はわかってへん」と反発心を持つことが多くなります。

一方で、大人に甘えて安心感を確認して、親からの心理的自立（親離れ）を模索し始めます。急にべたべた甘えたかと思うと反抗して、大人からすると不可解。“あくまと天使が同居している思春期”です。（自分も通ってきたのでしょうが、忘れていきますね…。もちろん個人差もあります）

では、どうしたらいいのでしょうか…？

- ① 不機嫌さやイライラは、体や脳の成長のアンバランスでこころが追いついて行かないストレスの表れと受けとめましょう
- ② 甘えは「まだまだ子ども」と受け入れましょう。子どもも大人も“安心”は大事です。
- ③ 反発は成長の表れと受けとめ、対等な意見として相談する機会を持ってください。子どもの意見を尊重しますが、迎合して何でも OK にしてしまうことではありません。
- ④ 家族の一員としての責任や役割も話し合い、「信頼して任せる」ことも大事です。
- ⑤ スマホや SNS、ゲームはその性質上依存しやすく、理性が未発達な子どもに任せるのはたいへん心配です。日ごろから大人も子どものはまっていることに興味を持ち、子どもから「ママも一緒に見てや〜」と言える関係があるといいですね。
- ⑥ 子どもからの悩みや相談に“答えを出そう”とせず、「なるほどね」と聞くだけか“提案”という形で思いを伝えるかをおススメします。この時期の子どもは大人の良かれと思うアドバイスを“大人の支配”と感じやすいです。
- ⑦ 心身にとって睡眠がとても大事とされています。“寝る子は育つ”ですね。

誰もが通り、大人へと成長するステップの時期。イライラも反抗も悩むことも、前にすすむためには大切なことなのですね。ドンパチできるのも親子だからこそ。

うまくのりきって、成長して行ってほしいと願っています。

まもなく来る4月。みんな、ひとつ大きくなります。

進学・進級、心から「おめでとう!!」



参考：『思春期のこころの理解と支え方』国立精神神経医療研究センター小塩靖崇

『マルチに対応する支援者のためのガイドブック』福井大学

『学校に行きたくない子どもが言ったとき親ができること』石井志昂

<この『おおきな木（通級指導教室）』だよりは大池小学校 HP にも掲載しています>

『おおきな木』だよりに関することや学習・生活の相談、通級「おおきな木」へのご質問、見学希望等ありましたら、まず担任の先生にお話をしてください。

（豊中市立大池小学校 通級指導教室担当：藤木桂子）