

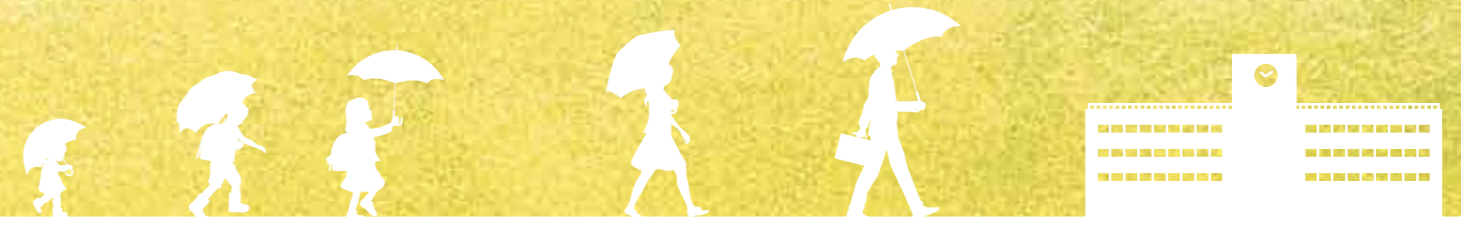


知っておきたい 反抗期のこと 不登校のこと

宮城教育大学
久保 順也 先生

准教授。専門は臨床心理学。青少年期における自己、学校におけるいじめ、カウンセリングにおける治療関係をはじめ、家族療法・短期療法・ナラティブセラピーをテーマに研究。2児の父。

毎月、編集部にはさまざまなご意見が寄せられます。
その中で頻繁に目にするのが「子どもが反抗期で困っています」
「不登校のことを知りたいです」というママたちの不安な声です。
そこでままばれでは、宮城教育大学学校教育講座の久保順也先生に
「反抗期」「不登校」について、お話をうかがいました。



反抗期のこと



—反抗期の年齢は？

まず『第一次』と呼ばれるのが2歳前後とされています。いわゆる『いやいや期』ですね。実は私の息子が2歳で今まさにこの状態です。私が手を貸そうとするとぐずったりすねたりを始めました。そして『第二次』が男子なら精通、女子なら初潮を迎える第二次性徴の時期、つまり思春期になります。

反抗期はすべての子どもに必ず起こるわけではなく、反抗期がないから異常だ、ということでもありません。しかし、この反抗期という言葉が広く一般に定着したのは、多くの子どもたちに起こりうる現象だからではないでしょうか。

—反抗期の原因は？

第一次にせよ、第二次にせよ、その背景にあるのは『自立』です。

2歳頃から始まる第一次反抗期は『自我の芽生え』と言えますね。お母さんや誰かに手伝ってもらおうのではなく、自分の力で立ち上がり、しゃべるようになり、自分のことは自分でやりたいという気持ちが強くなります。それが大人の目には反抗として映るわけですね。

第二次についても同様で、思春期は体だけでなく心も大人になっていきます。これまでお父さんお母さんにしてもらっていたことを、自分で考え、決めたいと思うようになります。ですから「うるさい!」「ほっといて!」と反発す

るわけですね。

しかし、それは子どもなりにものがき、自己実現しようとしている証拠なのです。「これまでいい子だったのに」「どうして急に…」と親の立場では戸惑ってしまいますが、決して心理状態がおかしいのではありません。自立し、成長していくプロセスではごく自然な現象なのです。

反抗には相手が必要です。無人島では反抗はできませんよね。相手がいるからこそ反抗ができるわけです。小さいうちは甘えてベッタリしていたのが、今度は反抗という形で親とのコミュニケーションが変わったという風に考えてもいいかと思えます。

—反抗期の母親の対応は？

例えば、子どもが自分でやろうとしていることに対して、ハラハラしてしまったり「ダメよ!」「やめなさい!」と手を出したりしますと、余計に子どもは不安になったり、迷ってしまう場合があります。

また、「助けてあげようか」「やってあげるよ」などと、あまり過剰になりすぎるといけません。「自分でやっちゃいけないのかな」「僕にはまだ早いのかな」という風に、子どもたちの気持ちが大きく揺れ動いてしまいます。

第一次、第二次ともに共通して言えるのは、親はどっしりと構えて、常に落ち着いた態度でいればいいということ。もちろん実際に助けが必要な場合もありますが、基本的には「やっ

てみなさい」という見守りの姿勢が大切なのではないでしょうか。

思春期の子どもの反抗は、子どもの体が大きくなる分、お母さん方にとっては、とても大変なことですね。相当なエネルギーが必要になります。

夫婦の生活の満足度を調査したある研究によりますと、夫婦の生活で一番満足度が高いのが結婚当初、ハネムーン時期ですね。そして第一子が産まれてからは急速に低下して、最も低いのは、子どもが思春期を迎えた頃となっています。

子どもが思春期ということは、その両親はだいたい40代、50代。男性なら職場での地位が変わったり、親の介護が始まったり、女性は更年期障害があったりと、子どものことだけではなく、社会的なことも体調的なことも、一度に重なってくる時期です。そういった要因も相まって、夫婦にとっても子どもが思春期の時期はストレスが高まるのです。

しかし、子どもが手を離れて自立し、夫婦ふたりだけの生活に戻りますと、今度は満足度が回復するんですね。

親ですら子どもが心配なのは当然。しかし思春期の時期は、あえて子どもから距離をとり、そのかわりに夫婦ふたりの時間を過ごしてみたいかでしょうか。「子どもは大きくなってきたから、自分のことは自分でやらせてみよう」と、ご夫婦で結託して、親子の適度な距離を見つけていただければと思います。

不登校のこと



—不登校の現状は？

小学校、中学校の長期欠席者については、平成16年度から平成22年度までの調査結果が宮城県のホームページに掲載されています。23年度についてはまだ公表されていません。ですから数字的な部分については震災前の状況についてお話ししていきます。

この宮城県の調査結果によりますと、不登校を理由にした長期欠席者は小学校では300人台から400人台前半で推移し、全生徒数の0.3%を占めています。中学校においても2,000人台を行ったり来たりと変わらない状況が続いています。こちらは全生徒数の3%前後となっていますね。

震災後について、現場の先生方の声を聞きますと、大きく数が増えてはいないそうで、震災のPTSD(心的外傷後ストレス障害)の影響によって不登校に至っているといったケースも当初心配していたほど多くはないとのこと。

ただし、自宅が被災して、あるいは原発の事故などにより転校したお子さんが、新しい学校に馴染めず通学できないといった間接的な震災の影響というケースは見受けられるようです。

全国的に見てもクラスに不登校者がいるのが当たり前で、不登校は珍しくなく、そして慢性化してきている深刻な状況になっていると考えます。

—不登校の要因は？

いじめや学校に馴染めないといったさまざまな理由がありますが、全体を通して一言で述べることはできません。要は本人も理由がわからない状態なんですね。学校に行きたくとも行けないと。

子どもたち自身は、親も心配させてしまうし、先生たちにも迷惑がかかってしまう、だから明日こそ学校に行かなきゃ!と思っているけれど、朝起きると体調が悪くなってしまふ。原因が特定できれば対応が図れますが、本人がわからないので、周囲もどうサポートしていいのかわからない。これが不登校の難しさなんです。

—親はどう対応したらいいのでしょうか？

協力的であること、支援的であることが必要だと思います。例えば不登校中の子どもが教科書を開いたり、将来を考える素振りがあるようならば、それを大切にあげてほしいです。いきなり学校に戻るのとはなかなか難しいかと思いますが、今できていること、考えていることを認めてあげ、そこから始めて行けばいいと思います。

しかし、実際には自分のお子さんが不登校になるというのは、多くの親御さんにとって初めての体験になるはずですから、親御さんだけで対応するというのは非常に難しいと思います。特にお母さん方は相当しんどい思いをされます。「私の子育てが悪かったのではない

か」と自分を責めたり、「お前の育て方が悪い」などと言われ、夫婦や嫁姑の問題に発展してしまう場合もあるかもしれません。やはり周りの専門家を頼るとするのがいいかと思えます。

—専門家や相談窓口は？

一番身近なのはスクールカウンセラーですね。宮城県の公立中学校にはスクールカウンセラーが配置されています。週1、2回は地域の中学校にいらっしゃるはずですから、不登校の相談、子育ての相談をしてみたいかでしょうか。

もちろん相談はお母さん単独で大丈夫ですよ。カウンセリングには本人を連れて行かないとだめだと誤解されがちですが、決してそうではなく、困っている人が利用すればいいのです。まずはお母さん、あるいはお父さんお一人でも心配ありませんからご相談なさってみてください。

そのほかにも「宮城県不登校相談センター」をはじめ、公立の相談窓口や施設もありますので、不安や悩みをお持ちの方は一人で抱え込まずに一度相談なさってみてください。

■宮城県不登校相談センター
〒981-3213 仙台市東区南中山5-3-1
(宮城県特別支援教育センター内)
☎022-348-2265
電話相談/月～金 9:00～16:00(年末年始を除く)
来所相談/月～金 10:00～16:00(年末年始を除く)
相談無料