

思春期の子供との
コミュニケーション
～さあ、聴くことから始めよう～

昭和女子大学
青木幸子



子どものころは、自慢できる子だったのに…



ありのままの子どもを受けとめましょう

子どもが抱える不安はどこから?
(私たちはこんな風に使われてきました)

- 「できないのはあなたの努力が足りないから」
- 勉強すれば、いい学校に行ける。
いい学校に行けばいい会社に入れる。
いい会社に入れば、お金が儲かる。
お金が儲かれば、幸せになれる。
- いい学校にはいるためには、
塾でいい成績を取らなければならない。
塾でいい成績を取るためには、
友だちが遊んでいるときに勉強しなければならない。

理想的な子どもを求める子育て

- 子どもが自分の理想を満たしてくれる ⇒ 安心
- 子どもが自分の理想を満たしてくれない ⇒ 不安

1. 叱りすぎてしまうタイプ 2. 叱ることのできないタイプ

感情の発達に支障をきたす

- 攻撃的な感情をコントロールできない
- 自分の感情がわからない
- 極端な2面性をもった存在
- 身体感覚の喪失
- 極端な楽観性

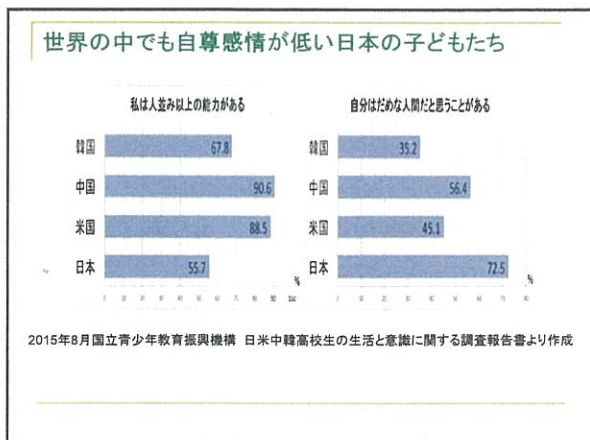
堪忍袋



昨日どうして、私を無視したの?
私なりに頑張ったのに
いつもお兄ちゃんばかり見ていて
私のことももっと見てよ
寂しいんだよ
どうしてわかってくれないの

むかつく!

うざい!



「ありのままの自分を大切に思える」

自尊心は、生きる根っこ・なのに
 どうして日本の子どもの自尊心は低いのか？

- ・がんばった結果「できた！」成功体験がとぼしい
- ・学年が上がるほど、成績などを友だちと比べられる機会が増えて、自信をなくす

ありのままの子どもを受けとめよう
 お父さん、お母さんが自分のことを受けとめてくれると感じられると、子どもは安心して自分の力を発揮することができるようになるからです。



聴くことから始めよう～

「自分の気持ちを受けとめてもらえたと感じられるのは、どんなとき？」
 「一生懸命、話を聴いてもらえたとき」

★子どもの話を最後まで聴いていますか？
 「最初は聞こうとしているんですけど、子どもの話は要領を得なくて……。イライラしちゃって、つい話をさえぎって、『だからなんなの？』って怒ってしまいました。」

♥コミュニケーションの基本は聴くこと

「子どもは自分の中に答えを持っている」

（お母さんに話ながら、私はさびしかったんだ、辛かったんだって、自分の気持ちに気づきました。お母さんが黙って最後まで聴いてくれたのが、うれしかった）

子どもとの信頼関係を深めるために
 子どもの話をさえぎらず、子どもの心の声に耳を傾けて、聴いてみませんか？

