

滝上版『こどものころを理解する』vol.2 (思春期編)

こどものころ相談室がじゅまる 臨床心理士 寺崎 真一郎

今回はシリーズ第2弾ということで、思春期の時期を取り上げていきたいと思
います。

『思春期』は人間の『第二の誕生』と言われるくらい、人間が生まれ変わる大切な
時期だと言われています。アメリカの精神分析家であり、発達心理学の E・H エリクソ
ンは思春期を『アイデンティティ(自己同一性)』という言葉で説明しました。つまり、
思春期という時期は『自分が自分であること』、『自分とは何か』ということに取り組
む時期だというわけです。

前回は乳幼児期のお話だったので、いきなり思春期の話になってもついていけない
よ!と言われる方もいらっしゃるかもしれないので、幼少期から思春期までの道のりを
追ってみていきましょう。

小学1年生から小学校5年生・6年生くらいの時期を『児童期』といいます。

小学校低学年から中学年の時期は、身体発達が割と緩やかな時期で、“学習には
もってこいの時期”だと言われています。そして、比較的親のいうことや先生のいうこと
には従順な時期だと言われています。

一方で、小学校中学年から高学年にかけては、自我が芽生え、『自分はこう思う』と
いう意識が強くなる時期です。そして、『内省する力』が備わってきます。

『内省する力』とは、自分を客観的に見つめる力であり、不快な感情を自分で抱える
力とも言われています。

ですから、低学年くらいまでは困ったことがあっても、その気持ちを抱えることが
できません。つまり、外側にいる大人を困らせることで『困った気持ち』を表現しようと
する・・・というのは前回お話ししましたね。

こう考えると、子どもが「困った」と訴えられるようになったということは、その子の中
で『困った気持ち(不快な気持ち)を抱えられるようになったんだ』という、成長の
証拠でもあるわけです。

さて、これから思春期の話題に入っていきます。思春期の時期は先ほども述べた通り、
『第二の誕生』の時期ですが、大切なことは『乳幼児期の積み残した問題が
再燃する時期』であるということです。それは簡単に言うと、乳幼児期からこれ
までの関わりを問われるという意味でもあります。

毎度のことながら、イメージしにくいと思いますので、事例をご紹介します。



ある冬の寒い日に、お母さんがお一人で不登校のご相談のために相談室へ来室されました。

お母さんは娘さん(Aちゃん)が中学1年生の3学期から学校に行けなくなったと困った様子でした。それまでは「真面目で成績も良く、目立たないけれど、まったく問題がない子でした」と話していました。だから、「不登校になって周囲が一番驚いているんです」とため息混じりに話されました。

Aちゃんのご両親は酪農をされていて、朝から晩まで仕事をし、Aちゃん自身も手にかからない子どもだったので、あまり構ってやれなかったと、少し振り返って話していました。また、Aちゃんはそれまでは何でもお母さんには話してくれたようですが、今は「放っておいて!」と強い口調でお母さんに迫り、「どうせ私のことなんて理解してくれないんだ」と言って、お父さんが押さえようとすると暴れ、昼夜は逆転しているような生活でした。

そうかと思ったら急に甘えてくるようなところもあったり、寝る時も自分の部屋ではなくお母さんのそばで寝る時があると、やや困惑気味に話していました。

思春期は、『赤ちゃんになる部分(=退行)』と『大人になる部分』が交錯します。私はお母さんのお話を聴きながら、「乳幼児期にどんなことが積み残されているのか、そしてAちゃんはどんなことを(無意識に)求めているのだろうか」と考えました。

Aちゃんの言動から『自分の苦しさを理解して欲しいと思っている』ということは、何となく理解できました。

私は「これまでお母さんには何でも話していたように、お母さん自身は感じていたけれど、実は肝心なことは話していないのでは・・・Aちゃんは忙しいお母さんに迷惑をかけないように、心配をかけないようにしてきたのではないのでしょうか?」と聞くと、母は「あの子の気持ちをこれまで考えたことがなかった」と、涙が溢れてくるようでした。

私は不登校になってからのことを聴くと、「ある心理の先生から思春期は乳幼児期に積み残された問題が再燃する」と言われ、振り返ってみるとスキンシップが足りないと思い、今はスキンシップをしていると話していました。

また、学校の先生からは「少し怠けが見えるから、厳しく指導した方が良く、とにかく昼夜逆転を直さない」と強く言われたようで、家のWi-Fiを切ってバトルになることもあったようでした。



思春期の関わり方で大切なことは、『発達促進的に関わる』ということだと
言われています。つまり、大人になる方向で支えるという意味です。

それは、甘えを受け入れないことではなく、その子が満たされなかったこ
とを『大人のやり方』で支えてあげるということです。しかし、スキンシップはそ
れとは真逆のことで、発達促進ではなく、退行促進、つまり赤ちゃんであることを維持
することになると、ふと考えていたのです。

そして、不登校になる子の多くは、ゲームに依存するから不登校になるのではなく、
こころが苦しくなるから、それを回避しようとしてゲームに没頭するということも経験上、
知っていました。

私はお母さんと A ちゃんの気持ち、そして思春期の特性についてお話しました。

思春期のテーマは『自分自身が何者であるかを整理する時期であるこ
と』、『親と自分との関係の整理の時期でもあること』、つまり『秘密を持
つこと』が重要で、親がこどもの領域に侵入しないことが大切だと伝えまし
た。

A ちゃんの気持ちについて、「今までは親の言うことを聞いてやってこられたかもし
れないけれど、今は“自分とは何か”ということをも自分自身で問いているんじゃないか
な。親の期待に応えることが彼女の生き方だったかもしれないけれど、それでは難し
い、自分なりの生き方を探そうと模索して葛藤しているんじゃないかな」と伝えました。

この日以降、お母さんだけではなく、ご両親で来室してくれました。

2週間に1度、雨の日も雪の日も通って来られ、A ちゃんのことを報告してくださり、
親としてAちゃんをどう理解するか、どう関わりを持っていくのかということをお話
しました。



Aちゃんの好きなことは料理でした。

お母さんも料理が好きだったこともあり、二人で料理を作ることが増えていきました。今まではお母さんが献立を決めて作っていましたが、朝ごはんはAちゃんが作ったり、Aちゃんが買い物に行っでごはんを作ることも増えてきました。

面接を始めてしばらくして、Aちゃんは「私が朝ごはんを作る」と言って、昼夜逆転が直りました。そして、今まで親御さんに「何をしたらいい？」と聞いていたAちゃんが、自分から「〇〇をしたい!」と言うことが増えてきたり、上手に人を頼れるようになってきているようでした。

父母は時折、Aちゃんの変化に触れ、「不登校になって良かった」というようになり、しばらくしてAちゃんは、大好きだった料理からファッションに興味に移り、「ファッション業界に進みたいから、ファッションの勉強をしたい」と言い出すようになりました。

Aちゃんは3年生の春から少しずつ学校に行けるようになり、高校卒業後は海外に行っ、今では服飾デザイナーをしているそうです。

○次回は、9月1日に滝上版『こどものころを理解する』vol.3を掲載します。

○スクールカウンセラー事業として、毎月1回、滝上町内のこども園、小中学校を訪問し、お子さん・親御さんとお話する時間を設けています。
ご相談を希望される方は、お子さんの通うこども園、小中学校または教育委員会へお問い合わせください。

