

心身の変化に直面する時期

子どもたちは、中学1年生の保健体育の授業で、次の内容を学習します。

- 身体には、多くの器官が発育し、それに伴い、様々な機能が発達する時期があること。
また、発育・発達の時期やその程度には、個人差があること。
- 思春期には、内分泌の働きによって生殖に関わる機能が成熟すること。
また、成熟に伴う変化に対応した適切な行動が必要となること。
- 知的機能、情意機能、社会性などの精神機能は、生活経験などの影響を受けて発達すること。
また、思春期においては、自己の認識が深まり、自己形成がなされること。
- 精神と身体は、相互に影響を与え、関わっていること。
欲求やストレスは、心身に影響を与えることがあること。
また、心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があること。

中学生は、身体と心について授業で習いながら、自らに実際に現れる心身の変化に直面します。
その成長を喜びながら、正しい情報を基に子どもたちを見守り、支援することが大切です。

■ 子どもと保護者の関係

子どもは、家庭が楽しく、くつろげる場所であることを願っています。
そのためには、家族が互いに認め合い、尊重し合える雰囲気が大切です。

尊重し合える家庭の心がけ

●思春期の子どもを一人の人間として尊重し、向き合う

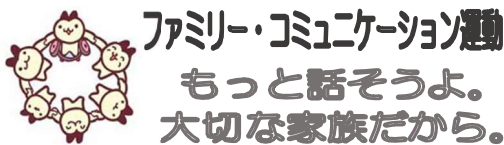
保護者は、思春期の子どもを一人の人間として尊重し、向き合うことが大切です。
大人が誠実に努力している姿勢を示すことは、子どもの心に響くことにつながります。

●子どもに役割をまかせ、守るべき約束ごとをつくる

家庭内での具体的な役割は、子どもに自信をもたせ自立を促します。保護者として、子どもに望んでいることや、家族の一員としての役割と責任について話し合いましょう。
「〇時に朝ごはんを食べる」などの行動に移しやすい約束ごとで、家庭独自の生活習慣を築くのもよいでしょう。

●日ごろからコミュニケーションを心がける

保護者との関係が変化するこの時期こそ、互いの主張を認め合うコミュニケーションが、子どもの精神的な成長には欠かせないものとなります。
例えば「みんなで食卓を囲む日」を設定するなど、家庭内の行事を設けてみたり、部活動など子どもが一生懸命に取り組んでいることを話題にして話しかけてみたりするのもよいでしょう。



毎月第1日曜日を「ファミリー・コミュニケーションの日」としています。相手を思い大切にできる子どもを育てるため、家族のコミュニケーションを深める環境づくりを推進します。

子どもたちのいじめ、暴力行為、不登校を未然に防ぐため、地域の大人在子どもたちの“育ち”を応援する「かながわ子どもスマイルウェブ」を推進しています。