

# 家庭教育通信

小学校中学年期のこどもたち

令和3年5月11日発行

## 何かにつけ親への反抗が目立ってきました

小学校生活にも慣れた3年生～4年生くらいの時期は、親に反抗的な態度をとったり、イライラして怒りっぽくなるこどもが増えてきます。

### 中間反抗期とは

第一反抗期（「イヤイヤ期」と呼ばれる2～3歳頃）と第二反抗期（「思春期」小学校高学年～中学生頃）の間である、小学校低学年～中学年頃にも「中間反抗期」と呼ばれるプチ反抗期があり、こどもの成長には欠かせないものと言われています。他の反抗期ほど激しくはないものの、その態度や言動に戸惑う保護者の方も多いようです。

### どんな特徴が見られる？

- ・親に何かと口答えをして食ってかかる
- ・イライラした様子で親と会話をしたがらない
- ・生活態度などに関して注意しても聞こうとしない
- ・親が手助けするのを嫌がる

この時期のこどもたちは、親への依存から友だちの社会へと移っていく中で、様々な体験をしながら頑張っています。イライラは、「自分の思いをうまく言葉に整理できない」ことが一番の原因とも言われています。

### 中間反抗期のこどもへの接し方

こどもが「気持ちを言葉で表現」できるように、安心して話せる環境を作つてみましょう。話しやすいように「どうしたの」「何かあった」と誘いの言葉をかけてあげる、話を聞くときには「聞き手に徹する」ことも大事なポイントです。

この時期、こどもが口答えをするのは、自分の考えを認めてもらいたいからです。たとえこどもの言い分が間違っていても、「そう思うんだね。わかったよ」といったんは「受け入れる」態度を示しましょう。ただ、言いなりになることとは違います。言っても聞かない場合に、親が代わりにやってしまうのではなく、「自分でできることは自分でしよう」とはっきり伝えて任せましょう。人を傷つける言い方をしたら、「そういうふうに言われると、悲しくなる」としっかり教えることも大切です。

中間反抗期も成長の表れです。自我が育ち、自分で考え行動しようとする気持ちが出てきています。「しっかり育っている証拠」なのです。

地域教育課社会教育担当  
TEL (3647) 9676

# 家庭教育通信

小学校中学年期のこどもたち

令和3年7月 11日発行

## 友だち関係が変わり、親の目が行き届かず、トラブルも増えています

小学校中学年期のこどもたちは「ギャング・エイジ」とも呼ばれる年代で、自分で仲間を作ることが増える時期です。

それまで、保育園や幼稚園が一緒だったり、ご近所だったりといった環境で築かれた交友関係だけではなく、自ら一緒にいる友人を選ぶといったことも増えていきます。

この時期は発達段階としては後の思春期・青年期の前段階となります。

思春期・青年期は、自立に向けて外の世界に自分の居場所を作り始め、他者との関係の中から自分自身を確立していく時期です。

その前段階であるこの時期に、自ら交友関係を広げていくことは大切なこともあります。

しかし行動範囲も広がり、大人の目が届かない時間が増えることで友人間のトラブルも起きやすくなり、保護者としては心配になるところです。

そんな時家庭で話をする際は、始めから否定的な声かけをするのではなく、まずは受容的な姿勢で話をすると良いと思います。

その上で、心配していることや家庭のルールを伝えると、こどもも受け止めやすいと思います。

例えば、「最近、お友だちも増えている所に遊びに行けるようになったよね。良いことなんだけど、お金のやり取りや買ってあげたりもらったりはなしにしうね。困ったことがあったら教えてね」などと伝えていきます。

また、オンラインやSNSに関する交友関係もだんだん増えています。

本格的に個人的なオンラインでの交流やSNSの使用を始める際には家庭でルールを設定し、こどもと一緒にしっかり確認をすることが重要です。

あらかじめこどもがルールに納得していると、トラブル等が起きた際にもお互い納得のいく対応がしやすくなります。

「本人の意思を尊重して、見守りつつもルールは設定していく」というのはなかなか難しいことです。

まずは保護者の皆さんの負担になりすぎない形で、できる範囲から行ってみると良いかと思います。

地域教育課社会教育担当  
TEL(3647)9676

# 家庭教育通信

小学校中学年期のこどもたち

令和3年9月 11日発行

## 勉強の好き嫌いがはっきりしてきました。家庭学習でどうフォローすべきでしょうか

小学校3年生からは、教科数が増え、内容も盛りだくさんになるので、こどもたちの勉強の好き嫌いもはっきりしてくる時期です。

### 勉強嫌いになる原因は?

#### ○勉強がわからない

「わからない」とテストの点数もとれないし、宿題も進みませんよね。でも、自分からわからないところを勉強して克服できるこどもはほとんどいないのです。放置せず、ご家庭のできる範囲でサポートしてあげましょう。

#### ○親が勉強を強制する

人には「自分の行動や選択は自分で決めたい」という欲求があり、それが脅かされると自由を回復しようとします。「勉強しなさい!」と言えば言うほど、「絶対にやるもんか」と反発する気持ちをもってしまうのかもしれません。

#### ○他のこどもと比べられる

比べる言葉はこどものやる気をくじいてしまいます。兄弟を比べるのもNGです。

### 勉強嫌いにさせない学習習慣

#### ○こどもと勉強時間を決める

自分で学習時間帯を決めたこどもは学習意欲が向上すると言われています。時間を決めたら、毎日その時間には机に向かうようにします。なかなか勉強を始めなくても、「今日は何時からだっけ?」など声かけは穏やかに。

#### ○勉強時間を長くしない

勉強時間が長すぎると、こどもの集中力が続きません。1日3ページ、10問など、短時間でも毎日勉強を継続することを優先しましょう。1回5分の細切れ学習を試してみるのもお勧めです。

#### ○学習環境を整える

落ち着く場所、集中できる場所はこどもによって違うものです。親子で一緒に考えて、スムーズに勉強が始められるといいですね。

#### ○無理のない教材を選ぶ

難しい問題ばかりだと嫌になってしまいます。7~8割解けるレベルで、「できた感」を持つるとよいかもしれません。得意科目から始めるのも取りかかりやすいですね。

#### ○勉強したらほめる

点数などの結果ではなく、「〇分も勉強したね」など、勉強に関する行動をぜひほめてあげてください。親からのほめ言葉は何よりの力になります。

地域教育課社会教育担当  
TEL (3647) 9676

# 家庭教育通信

小学校中学年期のこどもたち

令和3年11月11日発行

## 相変わらずゲームばかりして困っています

こどもたちにとってゲームは身近で刺激的で、とても楽しいもの。ついつい夢中になってしまふこどもも多いでしょう。ゲーム制作者も本気で面白いゲームを作っています。面白くないわけがありません。

でも、毎日ゲームに熱中しているこどもを見ていると、親としては心配になってしまいますよね。

### やりすぎかなと思ったら

「自分で自分をコントロールするのがどのくらい難しくなっているか」が見極めのポイントになります。小学生の場合は、我慢する脳の力がまだ弱くコントロールが難しいので、食事や睡眠のリズムが崩れたり、ゲーム以外を楽しむことがなくなったりしたときは注意しましょう。

### ルールづくりのポイント

#### ○事前に親子で一緒に決める

親が一方的に決めるのではなく、こどもも理解し納得して決めるようにしましょう。

#### ○使用場所を決める

こども部屋での使用は避け、リビングや家族の目の届くところで使用しましょう。

#### ○使用時間を決める

例えば、1日2時間、夜9時までなど具体的に決めましょう。食事の時や外出時など、使用してはいけない時間帯も決めましょう。

#### ○書面に残す

守れなかった時にはどうするかまで決めて、冷蔵庫など目につくところに貼っておくのもよいでしょう。

### 家族のできること

#### ○ゲームのことではない会話・活動を大切にする

自然の中や体を使って遊ぶこと、他の勝負事や音楽など、ゲーム以外の世界へ導くことも必要な時があるかもしれません。

#### ○こどもの世界に近づいてみる

ゲームを禁止したり叱ったりするのではなく、逆に本人がはまっているゲームを教えてもらうこともあります。自分の大切なものを否定されず、興味を示してもらえるのは、嬉しいことですね。余裕があれば、一緒にゲームを楽しんでみることもお勧めです。

#### ○できていることに目を向ける

起床・ごはん・宿題など、ゲームにはまりながらもできていること、できたことはぜひほめてあげましょう。

地域教育課社会教育担当  
TEL(3647)9676

# 家庭教育通信

小学校中学年期のこどもたち

令和4年1月11日発行

## よくある相談事例

最近、娘が「〇〇ちゃんは走るのが速いのに、私は遅い」「私には特技が何にもない」などとつぶやくようになりました。周りの目を気にするようになりました。低学年の頃に比べて元気がないようにも見えて、少し心配になります。

### 自我の芽生え

10歳前後は、自我が芽生える時期になります。しっかりした自我の形成はまだ先ですが、自我が芽生えると、幼い万能感が薄れて、現実が見えてきます。前思春期です。自我の発達により、自分と他人との間で大きく感情が揺れ動く体験をするのもこの時期です。

### 自己肯定感の揺らぎ

この時期に心理面で気にかけたいのが、子どもの自己肯定感の低下です。自分をある程度客観的に分析して他人と比較できるようになるため、自分が得意なこと・苦手なことをはっきりと意識し始めます。友だちと自分を比較して、自分の実力を実感することで自信をなくしたり、自尊心が低下することもあるでしょう。少し先を想像する力もついてくるので、さまざまなことへの不安を感じるようになります。

### 自己肯定感を育むには

子どもの自己肯定感を育むには、他人と競争して勝ちたいという「優越欲求」を満たす方法があります。これは相手があることなので必ず満たせるとは限りません。もう一つ有効なのは、過去の自分と比べて今の自分が成長したことを肯定的に受け入れる「成長欲求」をうまく満たしてあげることです。これまで以上にお子さんの良いところを見つけて、ほめてあげてください。例えば、子どもががんばっていること、何かに挑戦したとき、優しさや思いやりが伝わるような言動をしたとき、本人が気づいていない良いところなど、タイミングを逃さず、具体的にほめてあげることが大事です。

子どもたちはテストや競争など、勝ち負けで評価される機会が増えていきます。子どもにとって、ありのままの自分らしさを見てもらえる機会が減ることになります。「あなたのことが大好き」と、子どもの存在そのものを肯定するような言葉掛けを、意識的にしてあげるのもいいですね。

地域教育課社会教育担当  
TEL（3647）9676

# 家庭教育通信

小学校中学年期のこどもたち

令和4年3月11日発行

## 高学年期に向けて

年度末になりました。こどもも親も、どんな中学年期でしたでしょうか？この1年で、困ったな、手強いなと感じたことも増えたかもしれません。でも同じくらい頼もしくグンと成長した姿も見られているのではないでしょうか。

高学年期に入ると、いよいよ本格的に思春期の入り口になってきます。高学年期に向けて、子どもの特徴や親の心構えなどを紹介します。

### 高学年期のこども達の特徴

#### ○身体の急激な変化

第二次性徴が始まり身体が急激に変化します。その変化に子どもの心がついていけず、戸惑ったり不安になったりします。ホルモンバランスが崩れやすくなるため、ささいなことで急に怒ったり、イライラしたりして家族にハツ当たりすることも多くなります。

#### ○親への「自立と依存」の両面感情

親に心理的に依存している状態から、自立に向けて一歩踏み出します。口数が減り、そつけない返事ばかり返ってくるかと思えば、まとわりついて話を聞いてほしがったりします。自分の世界について、親からの口出しに反発したり、秘密も持つようになります。親よりも友達を優先したくなってくるでしょう。

### 思春期の入り口で気をつけること

#### ○根掘り葉掘り聞かないでそっとしておく

自分で解決しようとすることも大切な自立への一歩です。いつもと明らかに様子が違うということでなければ、基本的に見守ってあげましょう。

#### ○子どもが話したそなへうなら受けとめて聞く

まだ甘えたいこともある時期です。話を聞くときは、アドバイスよりも聞くことに徹したほうがよいこともあります。

#### ○気分のムラがあることを知っておく

昨日と今日で言っていることや機嫌が全く違うこともあります。できるだけおおらかに受け流しましょう。

親も子も初めての経験をしています。扱いづらいと感じるのは、子どもが健康的に成長し、「不安定な自分を安心して出せる相手」と思われているからかもしれません。試行錯誤しながら、子どもの時間をこっそり楽しみつつ、温かく見守ってあげてください。

地域教育課社会教育担当  
TEL（3647）9676