

Dr.ひろみの

ハッピー子育てひろば



☆プロフィール☆

鈴木 裕美 (すずき ひろみ)
香川大学医学部 小児科専門医

みなさん、香川大学医学部の鈴木です。お元気ですか。
思春期は、第二性徴(月経や声変わり)が現れる時期で10~18歳くらいになります。子どもから大人に変わる、大きな変化の時期。心も体も嵐の中で、小舟はいつ転覆してもおかしくない状態です。

人間の発達には階段のようになっており、飛び越して上がることはできません。ですから、健康な巣立ちや自立ができるためには、思春期までに発達の階段を4番目まで上がっていなければいけません。その階段とはどんなものか、考えましょう。



思春期までの階段とは？



1

1番目の階段 赤ちゃん~2歳

愛され世話されて「人を信頼することを学ぶ」時期。孤立せず、助け合いながら生きていく健全な人間関係の基礎をつくる。

☑ お子さんは、自分は愛されている、分かってもらっていると実感しているでしょうか？

2

2番目の階段 2歳~3歳

「こうしたい、自分でやってみよう」と意思を示す時期。意志を持つことが自分の人生を生きる(自立する)ための第一条件になる。第一次反抗期。



☑ お子さんは、「こうしたい、あれがいい」と自分の意思を伝えられますか？大人や友だちの顔色を見て我慢する、言うことばかり聞く「いい子」になっていませんか？

3

3番目の階段 3~6歳

「わくわくすること」を見つけて、熱中して自分でやってみる積極性や行動力を育てる時期。他人に指示されない、自由に楽しい遊び時間が大事。



☑ お子さんは好きなことや夢中になれることはありますか？「やるべきこと」ばかり優先して、「やりたいこと」はいつも後回しになっていませんか？

4

4番目の階段 小学生

「やったらできた！できなくても次に生かした！頑張りたい」と意志を持ち、行動し、結果をもとに前に進む経験を積み重ねて、やり抜く力を育てる時期。



☑ 意欲はありますか？投げやりになっていませんか？チャレンジできていますか？

5

5番目の階段 思春期

「自己受容、自分探し、親離れ」の時期。客観的に自分を知り、自分のすべてを受け入れる。なりたい自分や自立のための道を模索する。第二次反抗期。

1から4ができていなかったら、最終段階に行けません。でも、大丈夫です。1から4までは、いつでもやり直すことができます。お子さんは、それぞれの発達段階をクリアされているか、まずは振り返ってみましょう。