

## CHIT CHAT RADIO 子育てCHAT ROOM

2023年5月16日15時18分～15時42分



思春期真っただ中の中学生の本音を聞いてみたら

—鈴木先生、よろしく願いいたします。

よろしく願いします。

—先日、先生が中学校に講演にいらっしゃったとお聞きしました。

はい、講演に行つて、中学生の皆さんからたくさん感想をいただいたので、そのお話をしたいと思います。

—中学生っていうとちょうど思春期ですね。親子関係がガラッと変わったりして。

そうですね。目の前で話を聞こうとしても言わないけど、紙に感想を書いてというのと、たくさん書いてくれます。こんなこと考えたり悩んでるんだってわかつて新鮮でした。

中学生を前にして、講演ではどいうお話をされたんですか？

そうですね、私はいつも思春期とは何か、どんなことが起きるのかという話をします。「性ホルモンが出て第二次性徴が現れて、体も心も変わって、いつもイライラしたり、うつうつするんだよね。みんなはどう？」って聞くと、すごく頷きますね。親に対して急にイライラして嫌なことを言ってしまったり、急に部屋を飛び出したり、自分でも戸惑ってるんですよ。こんなにイライラしてる自分はおかしいんじゃないかって。

—こんなにお父さんお母さんに反発してる自分っておかしいのかな？

そう思ってるんですよ。「それが思春期ってものなんだよ」っていうと、自分だけじゃなかったんだ、病気じゃなかったんだって安心するようです。思春期について知って、見通しをつけるのって大事なんだなって思います。

—今のみんなの状況でいいんだよね。

そうですね。そういうもんなんですけど、それでは喧嘩が絶えないので、そのためにできること、もっと気持ちよく思春期を過ごすためにできることをお話ししました。

—時間にしてどれくらいお話されたんですか？

五十分です。みんな真剣に聞いてくれて、感想の中に「あっという間でした」「また来年もお話し聞きたい」「他の学校にも行ってあげてください」「応援してます」とかあって（笑）。

—先生の話すのが楽しいですから、子ども達も素直に聞けたんじゃないですかね。

中学生あるあるな話をしたので、「なんで先生は僕たちのことをそんなに知ってるんですか？」  
って質問もあったり（笑）。

—では、言える範囲でどういう感想があったか教えてもらえますか。

そうですね、まず「心のコップの話」をしたんですね。心のコップの中に嫌だ、悔しい、悲しい、辛いなどのネガティブな気持ちがどんどん溜まって、溢れ出す時に三つの攻撃をしてしまうという話をしました。一つは「他人に対する攻撃」で、親やきょうだい、友達に嫌なことを言ったり叩いたりすること。二つ目は「自分に対する攻撃」で自分を責めたり、自傷行為をすること。三つ目は「物に対する攻撃」で物を蹴飛ばしたり、壊したりすること。このような三つの攻撃をしないための心のコップのメンテナンス方法について話しましたが、みんな心のコップが溢れ出すことが多いって。

—心当たりがあるんですね。

みんな心当たりがあるんです。それで心のコップから溢れないようにするには、まずしっかりと眠ること。次に話すこと。友達や親、信頼できる先生、スクールカウンセラーさんなど、いっぱいいるから話したいと思える人に話す。そして、好きなことをする。ゲームが好きな人も多いと思うし、もちろんいいんだけど、好きなことは少なくとも三つぐらい持った方がいい。「推し」をもつのもいいですね。私はスノーマンが大好きで、コンサートチケットが当たったっていう話もしたんですが、「みんな、推している？」って聞いたら、頭ブンブンして頷いてました（笑）。感想の中に、自分もすごく好きな推しがいる、その推しが二次元だけど、すごく苦労してて、頑張ってる姿に励まされて、自分も頑張ってる。心の支えになっていく大事な推しを親にくだらないと否定され、自分が全否定されるように感じて消えなくなるって。自分が好きなことや夢中になってることを否定されるのって辛いんですね。

他には、「親は話を最後まで聞いてくれない」というのもありました。話してる途中で遮って正論言ってくる。全然関係ない、期待してないような反応する。例えば「あんたが悪い」とか「所詮そんなもんだ」とか。男の子に何か言われて嫌だったって話してるのに「あんたのことが好きなんちゃう」とか言ってる。

—ちょっとトンチンカンなんですね。

そうです、受け答えがトンチンカンだからもう話す気も失せる。「否定されるのが怖いので、親とは話せません」という意見もありました。

「せっかく話したのに否定されたり、話の途中で「あんたが悪いよ」では、つらいですよね。

そうですね。結構話すことに関するエピソードがありました。「親は子どものことを分かっているつもりだろうけど、一ミリも分かってない」と辛辣な言葉を書く子もいるし、逆に「親は共感して話をよく聞いてくれてるいい親だ」とか「喧嘩も多いんだけど一番の味方だと思う」とかポジティブな言葉もありましたね。親のすばらしさを再認識して感謝したり、「思春期って親にとっても子どもにとっても大変なんだなということがわかった」という大人な意見も。

「京子さん、私、いろいろ考えちゃいますね。普段子どもにどう接してるか振り返ってみて、話を遮っちゃってるかもしれないし、今と昔では環境が違うのに自分の経験則をあてはめて、言い切っちゃうこともあるような気がします。」

子どもがこうしたいって言っても、「何でも反対するから言いたくなくなっちゃう」というのもありました。

「確かに私もやりたいことがころころ変わってましたが、中学時代に親から「じゃあ、勉強しなきゃね、勉強しないと絶対無理だよね」って毎回言われて言わなきゃよかった、もう言わないう！って思いました。でも私、それ引き継いでます(笑)。自分も子どもに同じこと言ってる。」

「可能性を広げるために」まずは勉強しましょうね「っていうのは分からないことではない。

「親としては、そうなりたいたんだって今、こうするべきってつい口出しちゃう。でも、子どもは言ったことにまず共感してもらって、「それいいね」っていう言葉のキャッチボールがしたいんですよね。自分もそうでしたからね。」

「一緒に盛り上がりたいたいですよね。「こんないいことあるだろうね」とか「楽しそうだね」とか言ってるほじ。」

「それなのに、」じゃ、〇〇しなきゃね、このままじゃ駄目だよね、ゲームばっかしてたら」って言ってる感じですね。」

「なるほど。こういうリアルな声を聞くとハッとさせられることって本当にたくさんありますね。」

そうですね。中には親とはそういうふうにぶつかってしまつから、自分からコミュニケーションの方法を変えてみようかなという子がいて、例えば、恥ずかしい相談の時は「親に笑わないで聞いて」と先に伝えるとか、親がしつこく手伝おうとして喧嘩になるんだけど、親も心配して手伝ってくれるので「自分でできるよ」と先に伝えて親を安心させたらどうかって。

—なんか子どもの方が気を使って考えてるんですね。

「そしたら不要な争いがなくなるんじゃないか。親だけが頑張つて気をつけるんじゃないかって、子ども側もできることがあると思う」って書いてあつて、思春期なのにこんなこと考えちゃうのはすごいと思いました。

—お子さんの方が大人ですね。嫌な想いをお互いしたくないだろうから、予防策を取る。

—すごいですね。コミュニケーションっていうのはどの年代でも難しいことじゃないですか。自分の思つてることを伝えるのってなかなか難しいなと思うんですけど、こういうのを聞くときすごくいい子が育つてるなつて思いますよね。

そうですね。あと、感心したのは「親は子どもが心配で口を出して叱りつけ、子どもはそれに対して怒る。これが負のスパイラルだと思う。だから親は最後まで見守る、子どもは一生懸命物事をやってみる。お互いがお互いを尊重するのが大切じゃないだろうか」

—どこの、どこのコメンテーター？（笑）中学生が？

中学三年生がそう書いてて、大人の方がよっぽど感情的に怒つてたりして。

—まあ、忙しいからガチャガチャガチャしちゃうんだけど、子どもがこんな奥深いこと言つてくるなんて。

—子ども扱いしちゃう駄目なんですね。

ですね、そして子どもたちは親とけんかして嫌な空気になつたりするんだけど、本当は仲良くしたいんですね。だからこのイライラする思いをなんとかしたいし、言いすぎたりすると後悔しちゃう。なんでこんなこと言つちやっただろう、お母さんが悲しそうにしてたな、傷つけちゃったなとかつて。

—そうになると親御さんがすべきは、子どもの話を最後までしっかりと聞くことなんですね。

そうですね、それが子どもの希望ですよね。感想の中にも、「最後まで黙って話をきいてほしい」というのが多くありました。また、講演の中で子育てについて話したんですが、子育てというのは家庭が自動車教習所のようなもので、親が自分の車の助手席に座って、ルールの守り方や自分のことは自分でできるように教えてくれる。思春期には親が助手席から降りて、自分の車のハンドルは自分で握って運転する。迷ったり、事故にあうかもしれないけど、それは自分の責任で、親はガソリンスタンドで見守っている。そして疲れたり、困ったことがあったらガソリンスタンドに行ってエネルギーチャージをする。どこに行きたいのか、何をしたいのかは自分で決めて、しっかり運転する。いつまでも親にハンドルを握られて、行き先を決めてもらってはいけないよって話しました。

それと同時に自分の車のメンテナンスもしないといけません。親に窓ガラスを拭いてもらっているのに、親はうざいから自分の車から出て行ってとは言えないですね。例えば自分の水筒を自分で洗ってない、親に靴から洗濯物を出して洗ってもらってる人。水筒一個洗えない人間が何で自分の車を運転できるんでしょう。親はあなた達のことがか心配だし、すごく大切だから降るに降りれないって話をしたら、感想の中に「自分は水筒を洗ってなかった。今日から洗って自立していきたい」というのが多くありました。

—素直ですね—

「それをしてない自分が親に反抗しても駄目なんだ。まず自分からやらないと安心してもらえないってことが分かった」と。

—これは今聞いている親御さん、ちょっとうちの学校にも来てくれないかと思ってますよ(笑)。

—いや、そうですね。

—子どもの声は聞きましようだけじゃなくて、子どもも自分でできるのっていい。

—でも、それを親が言うと疎ましくなるんで、先生みたいな第三者の人が学校っていう場でみんなに伝えると、すっと入ってくるわけで。

親に今まで同じことを何回も言われてたらしいですね。「自分のことができないのに言うなとか、自分のことをしっかりやってから物を言えみたいなことを言われてたけど、その本質が今日分かりました」って(笑)。

—本質が(笑)。車の助手席なんだと。

そうそう、「車の助手席から出てもらうことが自立だし、そのためには自分で自分の車のメンテナンスができることを示さないと安心して降りてもらえないじゃないか、自分で自分のことをするってそういうことなんだっていうことが分かった」と言ってもらえて、この話もしてよかったなと。

— いい話ですね。ぜひ香川県中の学校に（笑）。

— 手始めにうちに来ていただいて、我が子にちょっとその話をお願いします（笑）。

— どうしても親は「自分のことが何もできないくせに偉そうに言わないの！」って言うんですが、ものすごい不満げな顔してますからね。

— あと「片付かないから早くしてよ」なんて言うと、「なんだよそれ」ってなる。そうじゃなくて親は子どもの自立を願っている。

— そういう話を聞くと、行動が変わるんだろうなって思いますね。

感想の中には、洗濯したり干したり、水筒洗いも自分でやる子がいたんですよ。そうすると「責任持って自分で行動できるようになった、母はガソリンスタンドで待ってくれてる人なんだ、母がやってくれてるのは自分の自立のためで、すごくありがたいことなんだって分かった」と。「今まで自分ばかりやらされてると思ってたけど、これは自分ために、お母さんがやらせてくれていることだ。なんて自分の親はいい親なんだ」って思ったそうです。

— 講演が行動や考え方、物事の受け取り方をガラッと変えるきっかけになりましたね。

— いい気づきの五十分、あっという間の講演だったでしょうね。

そうですね。私も楽しかったです。こういう感想を読むのが楽しくて。子ども達もたくさん書いてくれるから。それから最後に一つ、おもしろいことを書いてくれた子がいて「親はガソリンスタンドじゃないと思う」って言うんです。「事故にあった時にすぐ駆けつけてくれる JAF だと思えます」（笑）。

— ロードサービスですね（笑）。

「確かにね、じゃあ JAF 機能付きガソリンスタンドがいいかな。これからは講演でそう言うね」って返事書きました。

—先生はお返事書いたりされるんですか？

はい、全員には書けません、ちょっと気になる子だったり、質問してくれる子、おもしろいこと書いてくれる子に返事書いてます。

—またしばらくしたら、「JAFさん、元気？ JAFさんとうまくいってる？」（笑）とか。

—今日はリアルな中学生の思いが聞きました。特に思春期になったら、自分の子どもでもどう扱っていいのかわからなくて戸惑いますが、こういう声を聞けると素直な部分ってまだ残ってるんだな、かわいいな、いろんなこと考えてるんだなって思いますね。

だから聞いてあげないといけないですよ。というか、ぜひ、聞かせてほしい。私自身の子育てでは、思春期の子どもを全然聞いてあげられてなかったんですよ。もっと聞いてあげられたらよかったのと思いました。

—いや、いいお話でしたね。私もちょっと心改めて。

—私もです。では鈴木先生、今後の予定教えていただいていいですか？

はい、六月二十一日水曜日午後二時からZoomで「子どもの居場所ミーティング」をします。これは学校以外の居場所を探す方、不登校の方、保護者、支援者向けなんですけど、最初はフリースクールの「ふおる家」やフリースペース、親の会などを紹介します。

あとは、六月二十四日土曜日、午後二時から三木町防災センターで「不登校や行き渋りの親の会」をします。ミニ子育て講座付きです。どちらも無料です。お申し込み・お問い合わせはNPO法人親の育ちサポートかわ、「おやさぼかがわ」で検索していただいて、そのホームページからお願いします。

—鈴木ひろみ先生、今月もどうもありがとうございました。

ありがとうございました。

—また来月もよろしくお願いします。以上子育てチャットルームでした。