

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、大きな変化の時期です。子育ての最終段階ですね。

人間の発達には段階ようになっており、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の思春期を過ごすためには、発達の段階をそこまで上がっていないかなりません。まずその段階とはどんなものか、考えましょう。



思春期までの階段とは何でしょう？



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、自分でやってみたい」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？大人や友達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

「やってみる！」興味をもったことに熱中し、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、自由で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。