



元気がない高2の息子 どう接すれば

高校2年になる息子が最近元気がなく、心配しています。思い返すと、今年2月ごろから笑顔がなくなり、成績が落ちてきました。学校で何かあったのかなと思って聞いてみても、何も話してくれません。ご飯を食べている間、前かがみで小さくなり、下を向いています。食べ終わると小さな声で「ごちそうさま」と言い、そそくさと自分の部屋に戻ります。このまま放っておいていいのでしょうか。この先、大学受験のことを考えると、心配でなりません。どう対応すればいいか、アドバイスをお願いします。

先生、教えて！

子育て・教育相談コーナー



仙台市若林区

50代・主婦

からの質問

●回答してくれた人

本問 博彰さん

ほんま・ひろあき 静岡市出身。医学博士。宮城県子ども総合センター所長などを歴任。東日本大震災後は被災地の子どもへのケアにも従事。2018年から星総合病院(郡山市)精神科部長。



この時期の子どもの変化の理由として、次のことが考えられます。

一つは、中学生生活と高校生活には結構大きなギャップがありますが、このギャップに次第に戸惑うようになり、2月ごろに態度行動に明らかな変化が出てきたのではないのでしょうか。高校で経験する世界はより広くなり、似たような学力の仲間との生活で葛藤することが多くなります。進学校であれば、中学の時には感じなかった競争や学力の違いに不安や脅威を感じるかもしれません。将来や社会に目が向く時期ですので、他の生徒と比べて自分の意識の後のようなものを感じることもあるでしょう。

心配する気持ち抑えて

もう一つは、中学生ごろから兆しが見えてきますが、親をあてにせず自分の力で歩きたいという気持ちが高まり、親と距離を取ろうとしているのではないのでしょうか。この時期は、困っても親に打ち明けて助けてもらおうとはしないものです。事情を聴かれても、心の弱い部分をさらけ出すわけにもいきません。

親は、本人のことを気に留める姿勢を持ちつつ、心配する気持ちを抑える必要があります。親から伝わってくる重苦しさを背負わせない配慮が必要です。親が穏やかな気持ちで接することが、一番のサポートになります。その上でお手伝いすることがあったら教えてと、時々声をかけてあげましょう。

このコーナーは保護者からの子育てや教育についての相談を募集しています。メール、郵送のほかQRコードから応募できます。

▷記入事項 氏名、年齢、職業、住所、家族構成、電話番号、メールアドレス

▷宛先 〒980-8660 河北新報社
子ども新聞係。メールアドレスkyopro@po.kahoku.co.jp

