

4ー⑧

「中1ギャップ」って聞いたことがありますか？

中学校入学で生活環境の変化から、子供たちが人間関係や勉強の壁にぶつかる「中1ギャップ」と言われる問題に直面することがあります。小学校高学年の子供をもつ親として、中学校進学という環境が大きく変わる時期に、親としてどう向き合い、どう支援していったらよいかを考えます。

ワーク 1

① あなたは、「中1ギャップ」という言葉を聞いたことがありますか。

ア 聞いたことがある

イ 聞いたことがない

② どんなギャップなのかメモしてみましょう。

【用語解説】

「中1ギャップ」

小学生から中学1年生になったことがきっかけとなり、学習や生活の変化になじめずに不登校となったり、いじめが増加するという現象。ギャップの典型例として、コミュニケーションの苦手な生徒が小学校時の友人や教師の支えを失う「喪失不安増大型」、小学校でリーダーとして活躍していた生徒が中学校で自己有用感を感じられなくなってしまう「自己発揮機会喪失ストレス蓄積型」があるといわれている。

学習面、人間関係面、発達段階、その他取り巻く環境の変化など、様々なことが複雑に絡み合って起こっているように考えられる。



ワーク
2

中学校に入学すると小学校と違った環境が生まれます。
子供たちにとって中学校生活での変化は何ですか。

① それぞれの場面をイメージして考えてみましょう。

場 面	小学校との違いでの変化は
ア 「勉強・学習」面では	
イ 「友人・人間関係」面では	
ウ 「その他の生活」面では	

② それぞれの場面で「戸惑いがちな子供」に対して親としてどう対処しますか。
グループで話し合ったことをメモしましょう。

ア

イ

ウ



【コラム】

～先輩ママからのアドバイス～

「中学校の定期テストに戸惑い！」

中学校になると勉強は難しくなるし、量も増えてきます。しかも定期テストもあって戸惑いました。

中学校の定期テストは、範囲が広くきちんと学習計画を立てて臨む必要があります。何よりも、「計画を立てて、着実に実行する力」がとても重要です。初めは計画も立てずに、思いつきで勉強しているようでしたし、実行する力は日頃から家庭での生活を通して、少しずつ身に付けていくことだと思います。この計画力を身に付けるためには、いつまでも親の指示ばかりでは育ちませんし、「書くことを面倒臭がる」ことも注意が必要でしたね。

ワーク
3

実際に、入学したばかりで戸惑いがちなお子さんがいます。
親として家庭でできることを考えてみましょう。

① 次のことについて具体的に上げてみましょう。

ア「生活リズムや主体的な学習態度を身に付けさせるために」

イ「自己肯定感や自立心を育てるために」

ウ「親として学校との信頼関係づくりや相談体制づくりを行うために」

② グループで話し合ったことをメモしてみましょう。

【用語解説】

「自己肯定感」

自己肯定感とは、「自分がかげがえのない存在なのだ」と思える気持ちのことを言います。「自分のことが好き」、「私は私のままでいいんだ」等、欠点や短所も含めありのままの自分を「これが自分なのだ」と受け入れられることです。

この「自己肯定感」は、私たちが自分らしく生きていく上で、年齢には関係なく、生涯にわたり大切とされる気持ちであるということが言えます。「セルフエスティーム」、「自尊感情」なども同様の概念です。

ふりかえり

① 何を学んだり、感じたりしましたか？

② 今後の生活にどのように生かしますか？



<「中1ギャップ」の解消に向けて小・中学校が連携して取組んでいます>

- ・小学生が中学校の授業を体験したり、中学生が部活動の発表をしたりする機会をつくっています。
- ・生徒会役員が小学校の集会などに参加して中学校の様子を話しています。
- ・中学生が小学校であいさつ運動をしたりボランティアで交流したりしています。
- ・小・中学校の先生同士が授業を参観するなど各種の研修を進めています。