

5-7

思春期の心と体 ～異性への憧れ～

思春期は、子供から大人になる橋渡しの時期であり、体が大きくなると同時に体の中で大きな変化が起こります。また、周囲の人が気になり意識し始めたり、急にイライラしたりと自分でもどうしようもなくなります。そんな体や心の変化に戸惑い、あふれる情報の中でどうしたらよいのかを考える暇もなく通り過ぎていきます。

ここでは、思春期の子供の心理と行動や親としてどのように対応したらよいかについて考えてみましょう。

エピソード

思春期の子供をもつ親のつぶやき……困ったな、どうしよう……

- 1  私が留守の間に、中学3年生の息子が家庭用PCを使ってポルノ情報を検索していたようです。検索履歴に情報が残っていました。息子も大人に近づいてきたのだと思う一方で、放っておいてよいものか、親として何か息子に伝えなければならないのではないかと悩んでいます。
- 2  中学1年生の娘ですが、小学生の頃は、お父さんにまわりついていていたのに、最近ものすごい態度で毛嫌いするようになってしまいました。家族がぎくしゃくするような感じになってしまい、困っています。
- 3  中学3年生の子供のことです。最近、特定の異性の子とよく一緒に遊んでいます。その子のことについて、詳しく話してはくれません。温かく見守っていこうと思う反面、こちらから詳細を聞くのもどうかと思ってしまい、困っています。

ワーク
1

エピソードを読んで感じたことを話し合ってみましょう。
自分自身が思春期の頃のことを思い出してみましょう。

- ① あなた自身の思春期と比べてどのようなことを感じますか。

* 自分の思春期のころを思い出することによって、良き理解者として、また、人生の先輩としてアドバイスができるのではないのでしょうか。

- ② エピソードの1、2を読んでどんなことを感じましたか。あなただったらどうしますか。

資料1

思春期ってどんな時期なのでしょう？

- ◇ 思春期は心と体が急に変化していきます
変化していく自分への関心と受け入れたくない気持ちの中で不安と葛藤が生まれます。

多い悩み…性格、交際、友人関係、容姿、勉強 など
- ◇ 自分を発見する時期です
性的に急速に成長する中で、不安をかかえて揺れています。
大人が受け止め一緒に考えてあげることで、自分を見つめ直すことができます。
- ◇ 異性との交際にあこがれる時期です
異性への興味・関心が高まり、相手の関心を引くために目立った行動やおしゃれ、逆に異性を避けるなど極端な行動をとったりします。
- ◇ たくさんの情報に惑わされ、トラブルに巻き込まれることも……
将来の性への考え方が決まる大事な時期です。
間違った情報が望まない妊娠や中絶、デートDVなどにつながると言われます。

ワーク2

エピソード3の子供の親になった気持ちで考えてみましょう。
親として、思春期の子供の恋愛について、どのように考えますか。

- ① 心配なことはどんなことですか。

- ② あなただったらどうしますか。放っておきますか。何かはたらきかけますか。

*男女交際について、大人の感じ方と子供たちの感じ方には、差があるでしょうか。



あなたが、自分のお子さんに伝えたいことはどんなことですか。また、それを伝えるためにはどんなことを心がけたいですか。ワークを振り返りながら考えてみましょう。

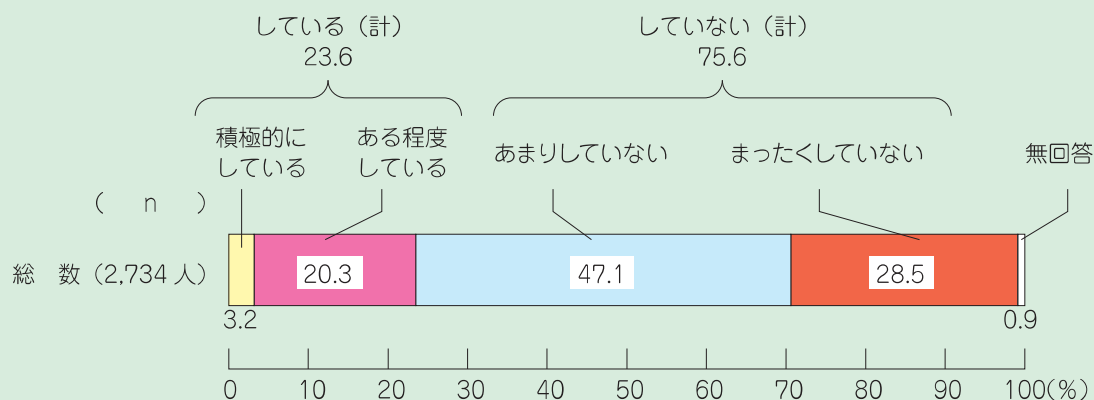
- ① あなたが伝えたいこと

- ② 伝えるために心がけたいこと

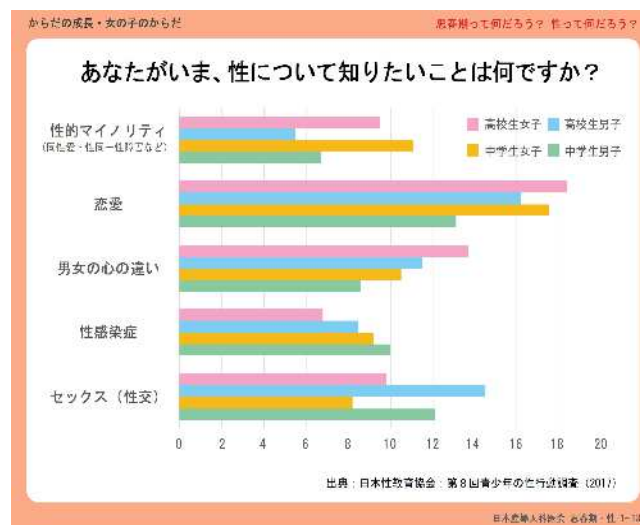
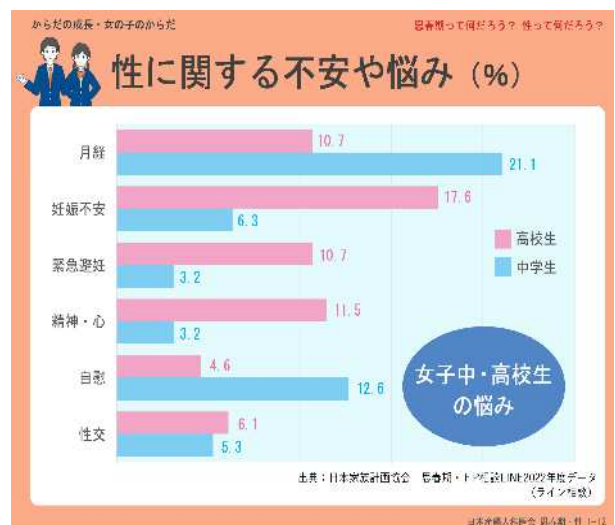
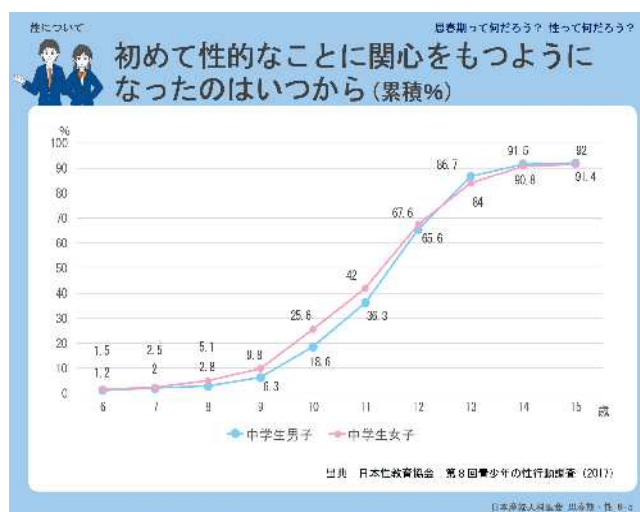
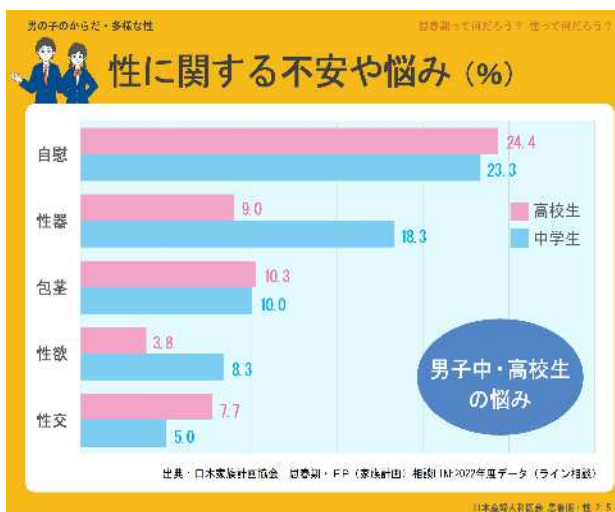
* 親が自分の思春期の経験を語ること、子供の抱えている問題を子供の側に立って一緒に考え悩むことによって、子供は、親を身近な存在として感じます。
正解は出なくても、子供の気持ちを真剣に受け止める姿勢が信頼の基盤になるのです。

資料2

あなたは、子供の性に関する教育をどのくらいしていますか？



内閣府「低年齢少年の生活と意識に関する調査」(平成19年)
※低年齢少年とは、満9歳から満14歳までの男女



日本産婦人科医会「思春期ってなんだろう？性ってなんだろう？2024年度改訂版」より

生命（いのち）の安全教育について ～保護者のみなさんへ～

性犯罪・性暴力は、被害者の尊厳を著しく踏みにじる行為であり、その心身に長期にわたり重大な悪影響を及ぼすことから、その根絶に向けた取組を強化していく必要があります。

文部科学省では、子供たちが性暴力の加害者、被害者、傍観者にならないよう、全国の学校において「生命（いのち）の安全教育」を推進しており、このたび、有識者の意見も踏まえ、教材及び教職員向けの指導の手引きを作成しました。

保護者のみなさまにおかれては、子供の性暴力被害防止のため、「生命（いのち）の安全教育」について、御理解と御協力をお願いいたします。

- 教材及び教職員向けの指導の手引きは、学校等向けに作成したものです。各家庭においても参考にいただければと考えています。性暴力被害に遭った場合の対応や相談先等についても掲載しています。
- 子供が受けた性暴力被害は、大人が早期に気づくことが重要です。本教材等を参考に、日頃から家庭内でコミュニケーションをとることで、被害の早期発見・適切な相談につなげていくことが大切です。

教材の主な内容

【幼児期】

- ・「水着で隠れる部分」は自分だけの大切なところ
- ・相手の大切なところを、見たり、触ったりしてはいけない
- ・いやな触られ方をした場合の対応 等



【小学校】

- ・「水着で隠れる部分」は自分だけの大切なところ
- ・相手の大切なところを、見たり、触ったりしない
- ・いやな触られ方をした場合の対応
- ・SNSを使うときに気を付けること（高学年） 等



【中学校】

- ・自分と相手を守る「距離感」について
- ・性暴力とは何か（デートDV、SNSを通じた被害の例示）
- ・性暴力被害に遭った場合の対応 等



【高校】

- ・自分と相手を守る「距離感」について
- ・性暴力とは何か（デートDV、SNSを通じた被害、セクシュアルハラスメントの例示）
- ・二次被害について
- ・性暴力被害に遭った場合の対応 等



【高校卒業前、大学、一般（啓発資料）】

- ・性暴力の例
- ・身近な被害実態
- ・性暴力が起きないようにするためのポイント
- ・性暴力被害に遭った場合の対応・相談先 等



【特別支援教育】

- ・小・中学校向け教材を活用しつつ、児童生徒等の障害の状態や特性及び発達の状態等に応じた個別指導を実施。

「生命（いのち）の安全教育」の各段階の教材・指導の手引きは、以下のURL及びQRコードより閲覧・ダウンロードが可能です。

保護者のみなさんにもお読みいただき、子供の性被害防止に役立てていただけますと幸いです。
文部科学省ホームページ：「性犯罪・性暴力対策の強化について」

(URL) https://www.mext.go.jp/a_menu/danjo/anzen/index.html



もしもお子さんから被害の相談を受けた場合はこちらにご相談ください。

性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

全国共通番号 #8891（はやくワンストップ）

産婦人科医療（証拠採取・緊急避妊薬の処方等）やカウンセリング、法律相談などの専門機関とも連携しています。

(URL) https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/seibouryoku/consult.html



教材例

- ・ 幼児向け教材は、プール等の生活の中での場面を捉えて、教材を切り分けて使用。
- ・ 中学生・高校生向け教材には、登場人物がどのように行動すればよかったのかを考えるワークも実施可能な事例を掲載。

幼児向け 教材例



中学生向け 教材例



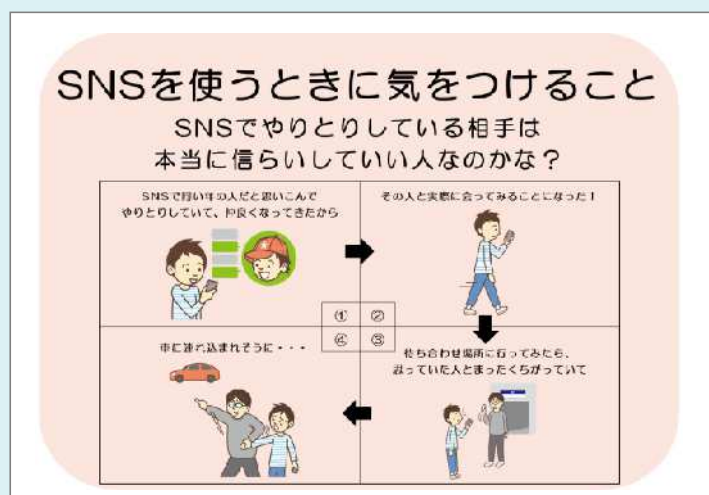
小学生（低・中学年）向け 教材例



高校生向け 教材例



小学生（高学年）向け 教材例



高校生（卒業直前）・大学生・一般向け 啓発資料例

