

鷺宮図書館 第9回個性づくりテーマ展示



思春期って??



～思春期の子どもと親のかかわり～

思春期は人が子どもから大人になる前にだれもが通る成長段階であり、身体的・精神的・社会的に著しい変化を遂げる激動の時期です。

幼少期までは従順でいられても、思春期を迎えるとどんな子も程度の差こそあれ、心身のバランスを崩しやすくなり、思春期特有の問題が派生します。子どもたちが思春期の課題をのりこえていくには、周りの大人や社会が、彼らを取り巻く環境を理解し一緒に支援していくことが大切です。今回の展示では、思春期の子どもたちにみられる特徴的な問題とその対応に関する資料を展示します。ぜひご覧ください



| | |
|------|--|
| 展示場所 | 鷺宮図書館 5階書架 (入ってすぐ右) |
| 展示期間 | 2012年10月27日(土)～12月19日(水) |
| 休館日 | 毎週木曜日・館内整理日(毎月最終金曜日) 12月29日(土)～2013年1月3日(木) |
| 問合せ先 | 鷺宮図書館 中野区鷺宮 3-22-5 ☎ (03) 3337-1044 |

思春期は、子育ての最終章

思春期って、何歳くらいから？

思春期とは、第二次性徴の開始から性的身体発達の完成までを言います。つまり、「小児期から成熟期への移行期」をさし、女の子の場合だと、胸がふくらみ始める頃から、生理が大人として順調なものになるまでを言います。個人差もかなりありますが、実際の年齢としては日本人の場合、8～9歳から、17～18歳くらいまでの期間とされています。



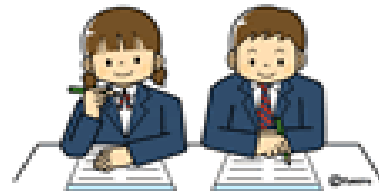
思春期は難しい時期？

思春期には、急激な身体の成長が心の成長に追い付かず、不安定な気分になりやすくなります。

人生には無限の可能性があるように感じ、とてもハイな気分になったかと思うと、次の日には人生にすっかり絶望してしまったり、自分で自分がコントロールできなくなったりします。では、思春期の子どもたちは、どんな特徴があるのでしょうか。

思春期の特徴

① 親との距離を置く



思春期には親から自立したい欲求が高まります。今までは、親の愛情に支えられて生きてきたのに、急に親から何か言われることがうっとうしく感じられます。親が話しかけても、「別に」「うるさい」「関係ない」といった反応をします。また、自分だけの秘密をもちはじめます。

② 友達の影響を受けやすい

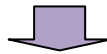
仲間や友達の存在が大切になり、親より友達の方を大事にします。友達とのかかわりがうまくいかないと、いじめや不登校といった問題に発展し、うつ症状がでることもあります。また、自分が周囲からどう見られているか、周りの目をとても気にします。特に自分の容姿がとても気になってきます。スタイルを気にするあまりに、拒食症になることもあります。

③ 性への目覚め

異性の存在が気になり始め、彼女や彼氏がほしくなります。身体の成長に伴い生殖機能が活発になるため、異性は性行為などを意識した存在となります。性交渉の若年化により、望まない妊娠や出産となる可能性もあります。



では、親として、思春期の子どもと、どのようにむきあえばよいのでしょうか。



思春期の子どもと親のかかわり

思春期の子どもは、常に不機嫌でイライラしていて、ちょっとしたことでキレたり、なにを考えているのかわからず、親にとってはとても扱いにくい存在です。

親の愛情に支えられていた状態から、少しずつ自立していこうとする子ども。

親に対して反抗的な態度をとっている子ども。

そんな子どもも、実は不安な気持ちでいっぱいなのです。

そんな子どもを、愛情を持って見守ってあげることで、大人へと成長していきます。

むやみな干渉やお説教は控えて、子どもの力を信じてあげましょう。

しかし、思いつめるあまりに、拒食症になったり、友達関係がもつれて不登校や思春期うつになったり、援助交際にかかわったりといった難しい問題がおきた場合は、親はしっかりと、子どもと向き合い、サポートしてあげる必要があります

思春期は、子育ての最終章です。そして、子どもの著しい成長を見届けるチャンスでもあります。ぜひ、この展示を参考にしてみてください。

『思春期』を理解するための資料リスト



| 書名 | 著者 | 出版社 | 分類番号 |
|-------------------------------|--------|------------------|---------|
| 思春期という節目 | ハツ塚 実 | 朱鷺書房 | 370.4 ヤ |
| 反抗期の子育てを楽しむ | 尾木 直樹 | 学陽書房 | 371.4 オ |
| 思春期のころ | 清水 将之 | 日本放送出版協会 | 371.4 シ |
| 思春期っ子はみんなバカ！！ | 新川 てるえ | ぶんか社 | 371.4 シ |
| 脳ストレスの専門家が書いた思春期の女の子の気持ちがわかる本 | 有田 秀穂 | かんき出版 | 379.9 ア |
| 思春期の女の子の育て方 | 江藤 真規 | ティスカヴァー・トゥエンティワン | 379.9 エ |



「かわいいころを過ぎたら アン18歳」

青沼 貴子／著 メディアファクトリー 726.1 ア
 手のかからない、おとなしい娘だったハスガ、いつの間にか理解不能な言動を！
 突然の高校中退宣言、通信制高校への転入、ダンススクールへの入学……。嵐を予測し、嵐に耐え、嵐を乗り越える。思春期限定女子！の子育てエッセイ。

| 書名 | 著者 | 出版社 | 分類番号 |
|-----------------|----------|-------------|---------|
| うちの子モッコリ | あかぎ りゅう | パーゴルフ | 367.9 ア |
| マンガ日本性教育トーク | 内田 春菊 | 角川学芸出版 | 367.9 ウ |
| こんなに違う！世界の性教育 | 橋本 紀子(監) | メディアファクトリー | 367.9 コ |
| 性のこと、わが子と話せますか？ | 村瀬 幸浩 | 集英社 | 367.9 ム |
| ママに訊けないコト | 夢野 星子 | 文芸社ビジュアルアート | 367.9 ユ |
| 思春期・青年期のころとからだ | 鍛冶 美幸 | 岩崎学術出版社 | 371.4 カ |

「性の“幸せ”ガイド」

関口久志／著 エイテル研究所 367.9 セ

性に悩みながら、それを乗り越えて幸せになった若者たちのリアルストーリーを通じて、幸福な人間関係や社会環境を築くための大切な知識を伝えます。



| 書名 | 著者 | 出版社 | 分類番号 |
|--------------------|-------|---------|----------|
| 十代の心を理解するために | 尾上 史郎 | 福音社 | 371.4 オ |
| 保健室に登校する子どもたち | 川島 令子 | 新生出版 | 371.4. カ |
| いまどきの思春期問題 | 平岩 幹男 | 大修館書店 | 371.4 ヒ |
| ようこそ保健室へ | 大竹 朋子 | 清風堂書店 | 374.9 オ |
| ウツっぽい子をやる気にする9つの方法 | 和田 秀樹 | 幻冬舎 | 379.9 ヲ |
| 思春期の意味に向き合う | 水島 広子 | 岩崎学術出版社 | 493.9 ミ |

「僕のこころを病名で呼ばないで」

青木 省三／著 筑摩書房 493.9 ア

子どもや青年のこころの病気や障害への注目や関心は、彼らの症状や病名を見つける方に目を向けさせ、こころの内面の核心を見失わせてしまう。彼らと正面から向き合い、多様性を個性や特徴として受け止め、誇りをもって生きることを応援することはできないかを、治療の現場で考えます。



リストに載ってない資料もあります。棚をご覧ください。

今回のテーマについて調べてみよう

鷺宮図書館の展示本以外にも資料や情報はたくさんあります。
ここではその探し方についてご紹介いたします。



1. キーワードから調べよう！

関連するテーマやキーワードはたくさんあります。ご自分の気になる
キーワードから調べてみましょう。

**自立 第二反抗期 第二次性徴 性 メタ認知 自我同一性 中二病 不登校 中退
友達関係 ひきこもり 子離れ ポリスマザー いじめ 思春期外来 援助交際 他**

2. 図書資料で調べよう！

☆ テーマの棚からさがす

<関連分野の分類記号>

発達心理学 143/ 臨床心理学. 精神分析学 146/ 家庭倫理 152/ 家族. 男性女性問題 367/ 家.
家族関係 367. 3/ 児童青少年問題 367. 6/ 性問題. 性教育 367. 9/ 青少年犯罪 368. 7/ 児童
福祉 369. 4/ 問題行動: 登校拒否. 校内暴力. いじめ. 子供の自殺. 家庭内暴力. 思春期暴力
371. 4/ 教育診断. カウンセリング. 精神衛生 371. 4/ 学校における性教育 375. 4/ 家庭教育.
しつけ 379. 9/ 両親再教育 379. 9/ 婦人科学 495/ 疾病の予防. 家庭医学 598. 3

☆ 図書館の蔵書をさがす

◎ 図書館にある **利用者開放端末 (OPAC)** の「蔵書検索」ページで書名やキーワード
を入力して検索できます。パスワードを登録いただければ、端末から直接ご予約いただけ
ます。 (一部貸出ができない資料もございます)

◎ パソコンや携帯を使って中野区立図書館のホームページから検索できます。

○中野区立図書館ホームページ <http://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/>

○中野区立図書館ホームページ (携帯) <http://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/i/>

* 予約の際にはパスワードの登録の他にメールアドレスの登録もあわせて必要となります。

☆ 中野区以外の図書館の蔵書を調べる

- 東京都立図書館ホームページ <http://www.library.metro.tokyo.jp/>
東京都立図書館リサーチページ <http://ufinity01.jp.fujitsu.com/metro/>
- 専門図書館ガイド <http://metro.tokyo.opac.jp/tml/trui/>

3. 中野区立中央図書館のデータベースサイトで調べよう！

中野区立中央図書館では、参考資料コーナーの利用者開放インターネット端末から以下の有料データベースサイトを無料でご利用いただけます。

| | |
|-----------------------------|---|
| 「日経テレコン21」 | 1975年からの日経4紙（経済・産業・金融・流通）の新聞全文検索、企業情報、人事情報、日経出版の雑誌記事全文の検索が可能。 |
| 「聞蔵Ⅱビジュアル」 朝日新聞記事データベース | 1945年から当日までの新聞記事・1926年からのキーワードなどAERA(創刊号)週刊朝日（2000年4月から）の記事が検索可能。 |
| 「官報情報検索サービス」 | 1947年5月3日以降から当日発行分までの官報が検索可能。 |
| 「MAGAZINE PLUS」 | 一般雑誌・専門雑誌の雑誌記事検索や論文情報などが検索可能。 |
| 「WHO PLUS」 | 歴史上の人物から現在活躍中の人物までの検索が可能。 |
| 「D1-Law.com」 法情報総合データベース | 判例情報・法律等の改廃履歴・法律判例文献情報が検索可能 |

利用方法については、中野区立中央図書館**参考カウンター**にお問い合わせ下さい。

4. インターネットで調べよう！ ～2012年9月30日現在～

【中野区公式ホームページ】 <http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/>

- ・女性のための悩み相談 <http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/101601/d001681.html>
- ・男性のための悩み相談 <http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/101601/d001679.html>

【東京都福祉保健局】 <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/>

- ・東京都 女性のための健康ホットライン
http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kodomo/sodan/w_soudan.html
- ・東京都立中部総合精神保健福祉センター
<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/chusou/>
- ・OPEN（若年者向け薬物再乱用防止プログラム）
http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/chusou/jouhou/open_program.html

【国立成育医療研究センター】

- ・独立行政法人 国立成育医療研究センター 思春期診療科
<http://www.ncchd.go.jp/hospital/section/general/shoni-shishun.html#02>

鷺宮図書館からのお知らせ

鷺宮図書館ではおはなし会をおこなっています。ぜひご参加ください。

- ・毎週金曜日（館内整理日の場合は翌日土曜日）
 - 毎月第2土曜日（うさぎおはなし会・0～3歳時対象）
- ※詳細は図書館の案内や図書館員にお尋ねください。



クリスマスおはなし会のお知らせ

日時: 12月22日(土) 14:00～15:00

場所: 鷺宮区民活動センター 3階洋室2号

内容: えほんの読み聞かせ 工作

サンタクロースもくるよ!!

第10回個性づくり展示

『友だちとのつきあいかた』

今回の「思春期」はいかがでしたでしょうか。
鷺宮図書館のテーマは「子育て・教育」です。
図書館が子育ての一助となれば幸いです。
次回もよろしくお願いいたします。