

反抗期、今真っ只中

奈良学園登美ヶ丘中学校 3年 岡本 美佳

私はまさに反抗期真っ只中の中学生だ。反抗期といえば、親にわがままを言ったり逆らったりするマイナスの印象を持つ人もいるにちがいない。しかし、反抗期はその人が発達していくために必要な時期だと考えている。反抗期は私たち思春期の子供のみならず、親をはじめ、周囲の人々に対しても良い影響を与えている。反抗期の最中の私だが、親子の関係、そして自分自身の成長に良い影響を与えていると日々、実感している。

朝食のことで親と意見が合わず、喧嘩になったことがある。結局言い負かされてしまい、納得できず悔しい思いをしたが、自分の意見を初めて最後まで主張できたことで、親に自分の本心を伝えることができた気がして少しうれしく思ったことがあった。この出来事から不満があっても言い返すだけではなく、自分の思いを冷静に話すということを学んだ。そしてそんな自分自身が少しずつ成長しているのだと実感した。ただ人と対立するのではなく、自分の考えを持って、人に伝えることの大切さを学んでいくのが反抗期というものだろう。

反抗期は決してわがままな時期ではない。自分の考えを持ち始め、自己主張する大切な時期なのだ。心理学では反抗期を親から精神的に距離を取り、自分自身を確立する段階と位置づけている。私は自分で決めたいけれど、甘えてしまうといったように心が大きく揺らぐことが少なくない。しかし、これは心の成長に欠かせない正常な反応なのだという。反抗期は単なるわがままではなく、人として成長するために欠かせない段階なのである。

しかし、いくら反抗期が私たちに良い影響を与えるといっても、親子関係に悪い影響を与えてしまう場合もあろう。わざと親を悲しませるために思ってもいないことを口走ったりもする。このようなことで親子関係がこじれてしまう可能性もあり得る。

では、親子関係に悪い影響を与えないようにするにはどのような対策をすることが必要なのだろうか。それは互いに気持ちを伝える習慣をもつことである。感情にまかせて言い合いをするのではなく、今どう感じているかを互いに自分の言葉で伝えることによって、気持ちを分かち合えるのだ。さらに、感情を伝え合うことによってよりいっそう深い信頼関係ができるのではないか。そして反抗期は親にとって子供を理解しなおす新たな機会となる。

反抗期は親を困らせるのでない方が良く考えるひともいるだろう。また最近は反抗期がない子供もいるという。しかし、親を困らせるということは逆に自分の気持ちや考え方を試す大切な時期であるといえるのではないか。人としての土台をつくる時期こそが反抗期なのだ。ただ言われたとおりに素直にするだけでは、自分の考えを持たない人になってしまう。反抗しないことは親の考えとまったく同じ意見を持っているとは限らない。実は我慢しているだけだったり、心の中で悩みを抱えている可能性もあったりもする。親と衝突しながらも自分の意見や考えを育て、自分の意見をはっきりと伝えるという経験がとても大切なのだ。

私たちは、素直であることを良いことと感じてしまう。しかし、自分の意見を持ち、ときには反発しながら成長していくこともまた、大切な成長だ。これから先の私の人生にとって、反抗期は大きな意味を持っている。