

こんな時
どうする？

7つの ケースで 予習！

受験生の わが子との接し方

子どもが受験に立ち向かうこの1年、つい気を遣って腫物にさわるように接したり、子どももイライラしたり…。親子でナーバスになりがちな時ですが、進路を決める大事な時期だからこそ、親子のコミュニケーションがとても大切。そこで、受験生のわが子にはどう接したらいいか、7つのケース別に、高校の先生にアドバイスを伺ってきました。

取材・文/菅家真理枝 イラスト/木村吉見

CASE 3

突然、
地元外の大学に
行きたいと言われた



CASE 1

わが子の
志望校がわからない



CASE 2

志望校に
賛成できない



CASE 4

夏が勝負なのに、
エンジンが
かからない



CASE 5

わが子の
元気がなくなり、
イライラが増してきた



CASE 6

模試の結果に
ショックの様子。
励ましたい



CASE 7

まだ、1校も
合格が出ない



アドバイスをいただいた先生方



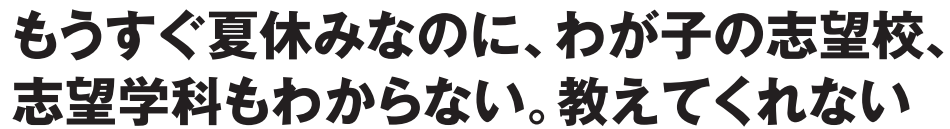
東京都立晴海総合高等学校
相談部 主任教諭
多田早穂子先生

東京都立晴海総合高等学校
2学年 主任教諭
小出和代先生



『生涯学習体系の教育』という特色を持つ晴海総合高校で、進路指導を担当されている両先生。様々なタイプの生徒や保護者との面談経験豊富で、最近の親子事情にも詳しい。

*先生方の肩書は取材時のものです



——多田先生、小出先生、よろしくお願いします。

まずは、高3の夏休み間近になつても、志望校がわからなくて、保護者は心配でたまらないというケース。「志望校決めないとまずいよ」と言つてしまつていいんでしょうか？（以下編集部）

多田先生 そう言うと、よけいにカラをかぶって、萎縮してしまうこともあります。リミットはあると思います。話してくれなくても少し待つてあげるほうがいいと思います。例えば、一般入試でしたら高3の始め頃に、志望の方向性や

やりたい分野が決まっていれば、具体的な志望校を絞り込むのは、もう少し後でも大丈夫です。夏の頑張りでぐっと伸びることもありますから。

—— 一般入試なら、まだ時間があるので、心配しなくていいのですね、
とはいえ、ちゃんとやりたいことを
考えているか、心配な場合はどう
すればいいでしょう。

多田先生 例えば、「いつまでだったら、調べられそう?」という感じで聞いてみるのがいいでしょう。または、読んでいる本や、見ているテレビなど、興味関心のあるものから探りを入れて、「こういうの、おもしろいの?」と、声かけしてみると、何をやりたいのかを探るきっかけになる。

三者面談を機に
探りを入れてみては？

小出先生 夏に、三者面談を行う学校も多いですから、三者面談で、志望校や方向性を確認できると思います。「三者面談があるから、その前に話しておこう」と、話すきっかけを作るのも一案です。

——先生の前で、親子で意見が合わないのも困るから教えといてね、という感じですね。

小出先生　そこで、志望校がわかる場合もありますし、本人が決めていないなら、「進路室に行つて、資料を見てもたら?」「進路の先生に相談してみたら?」と促し



てみる方法もあると思います。この時期にまだ、考えられてない生徒は、進路室に行ったことがないケースも十分考えられます。

焦って問い詰めるのはNG。

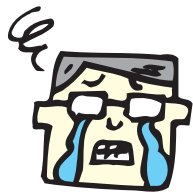
やりたい分野を探りながら、会話をしてみよう。
三者面談は話し合うチャンス。

OKワード NGワード

○「進路室に行ってみた?」

○「いつまでだったら、調べられそう?」

✕「もう高3なのに、まだ決めてないのか」



子どもが決めた志望校に賛成できない。 もっと、上を目指してほしい

まずは、そこを選んだ理由を聞いてみることにしよう。

——子どもの志望校に保護者が賛成できなくて、ストレスが溜まることもあるようです。

多田先生 たぶん、保護者の考えているのは偏差値でいうところの上のことですね。偏差値だけではなく、その分野の中で「これを学ぶならこの大学」という特色や専門性の高さを調べるのが大事。親子で一緒に調べてもいいし、どうしてその学校なのかを、じっくり話をする必要があります。

小出先生 そのほうが就職しやすいからとか、先々自分がやりたいことがあるからとか、自分で考



のを我慢すべきなのですね。

多田先生 本人の選んだ大学を「そうなんだね。そこもあるよね」と認めてあげて、その上で、「こういう大学でも、その勉強はできそうだけど、ここは調べてみた？」と、提案してみるのはいいと思います。

——意外に、安易に大学のブランド名だけで、選んでいるかもしれない。

多田先生 そういう時は、「名前だけで、選んでいるんじゃないの？ やりたいことで選んでる？」と尋ねていいと思います。逆に、ここがいいやと今の自分でラクに入れそうなところを選んでいるように思えた

こんな大学もあるけど、と提案してみるのはいい。

——保護者は「そこじゃなくて」とか「そこよりも」と言いたくなる

ポイント

● 選んだ理由を受け止めた上で、こちらの提案を切り出してみるのはいい方法。
● 昔の偏差値や評価だけで判断していないか、保護者も情報更新をしよう。

NGワード

×「そこじゃなくて、もっと上の大学目指して頑張らう？」

○「そういうことが学びたいなら、こういう大学もあるけど、調べてみた？」

OKワード



突然、地元外の私大に行きたいと 懇願されてしまった。いろんな意味でピンチ！

ただ親元を離れたいとい
うだけなら、注意が必要

——経済的なことや、一人暮らし
の心配もあるけれど、子どもの夢
もむげにしたくないので、あたふ
たしてしまう例です。

多田先生 遅かれ早かれ、子ども
は自立していきますから、自立す
るいいチャンスなのだと受け止めて
はいかがでしょうか。ただし、その理
由は確認しなくてはなりません。

進学目的がはっきり定まってい
なくて、親元をとにかく離れたい、一
人暮らしをしたいというだけなら、
「それは主旨と違うんじゃない？」
と話をしたほうがいいでしょう。
——確かに、そうですね。



多田先生 経済的なこともあるの
で、一概には言えませんが、「地元
外で遠くて通えないけど、どうし
てもやりたいことがある」という
のなら、なるべくなら認めてあげ
てはいかがでしょうか。もちろん、そ
れなりのお金をかけるのですから、
親として「それを学ぶのなら出し
てあげられる」というのが納得で
きるかがポイントだと思います。

お金の準備があるから
早く調べてねと促す

——突然、こういうことを言いた
すというのは、家の経済状態を知
らない可能性もありますね。

小出先生 意外に、家の経済状況
や入学手続きのためのお金のこと

や払い込むタイミングなどについて、
親子で話し合いがされていないケ
ースが多いんです。例えば、推薦・
AO入試などでは、比較的早い時
期に合否が出る場合もあります。
早ければ秋ごろにまとまった金額
を支払うこともあり得ますので、
その場合は準備が必要ですが、親
子で情報共有できていないと大変
です。

多田先生 保護者の方は、経済的
なことを曖昧にせず、家庭の経済
状況と、どこまでならお金を払え
るかということは、早めに伝えて
おくべきですね。

小出先生 例えば、高3の4月の
段階で、「うちの経済状況はこう
だから、いつまでにお金がいくら必

要か早く調べてね」と伝えると、
志望校のことも調べ始めるのでは
ないでしょうか。
——それはいい方法ですね。

ポイント

- 親元を離れたいだけなら
要注意。
- どうしてもやりたいのかを
確認して、納得できるか。
- 経済的なことは、4月には
子どもに開示しておく。

OKワード NGワード

- ×「ダメ、とにかくダメ」
- 「どうして、その大学に行
きたいのかな？」
- 「お金を準備する都合が
あるから、早めに志望校
を教えてね」



夏が勝負なのに、全然エンジンがかかっていない。そんなに余裕でいいの？

家は誘惑が多くて
集中できないのかも

——夏休みは、受験生の頑張りどころですが、家でだらだらと過ごす姿を見かねた保護者が、「受験生なんだから」と言いたくなるようです。

小出先生 生徒は、「家は誘惑が多すぎて勉強できない」と、よくもらしています。だから、家に帰る前にどこかで勉強して帰るように言ったりします。家の近くの図書館を利用する子もいますし、なかには、ファーストフードを利用する子もいるようです。電車の中の隙間時間に、単語など暗記モノを覚えるというよい話をよくしま

すね。

——外でちゃんと勉強していれば、家で少しぐらいリラックスしてもいいのかもしれないですね。家族もテレビなど見ないように、気を遣ったほうがいいのでしょうか？

多田先生 今は、テレビよりも、ネット、スマホですね。

ゲームやチャットに費やす時間が大きいと思いますが、これは、今や、やめさせるのは無理なので、やっていいけど勉強する時間も作るように、自分でルールを作らせるのがいいでしょう。

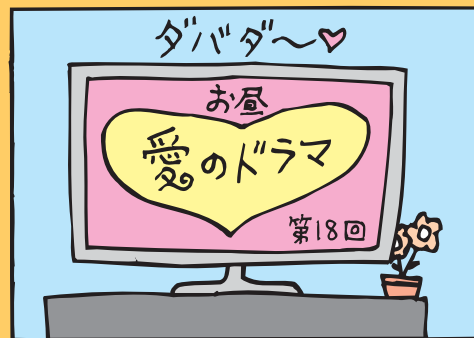
——急に言うのと反発されそうです。高3の始めに、もう受験生だからとルールを決めさせたほうがいいですね。

学校の講習会に
行かせる手もある

多田先生 夏休みは、ほとんどの学校で、講習会をやっていると思いますので、「学校で、夏休みに講習会あるって聞いたけど、そうなの？ 申し込んだの？」と確認するのもいいと思います。私たちも、「この子は受けておいたほうがいいな」と思う場合は、個別に声をかけるようにしています。

——学校に行くのはいいですね。

小出先生 本人も焦っていて、空回りしていることもあります。計画表があったら、見えるところに張っておいてもらうと、予定をチェックできますね。あとは、年間の模試



ポイント

● 家では集中できないのが子どもの本音。外で勉強すること、容認しよう。
● スマホやゲームのルールを作るなら、高3の4月がラストチャンス。

OKワード NGワード

- ×「受験生でしょ。ゲームばかりしていいの？」
- 「学校で講習会があるんだって？ 行ってみた？」
- 「外で勉強する時は、どこにいるか知らせてね」

の予定はわかっているの、「模試の結果を見せて」と言っていると思います。「見せてくれないと、学校へ行って見せてもらうけどいい？」とか。



だんだんわが子の元気がなくなり、イライラが増してきた。どう対処すればいい？

聞いてあげるだけで
体調もよくなります

——受験勉強も佳境になると、お子さんのイライラに遭遇すること
も増えてきて、保護者としても対
処に困る場面があるようです。

多田先生 せっかく勉強している
のに、結果が出てこないとか、自分
のやっていることに意味があるのだ
ろうかという気持ちがイライラに
つながるのでしょうか。

小出先生 推薦・AO入試は年内
早い時期に決まりますから、周り
が決まってくる中、自分だけ取り
残されているような気がして、焦
って情緒不安定になるというのもあ
ると思います。

——保護者は、どうしていいかわ
からず、腫物に触るような感じに
なりそうです。

多田先生 やっぱ、話を聞いてあ
げることですね。話をしやすい環
境を作るといいと思います。「どう
した？」「なんかあった？」とか声
をかけてみると、話しやすくなる
でしょう。

小出先生 聞いてあげれば、きっと
体調も落ち着くと思います。保
護者では難しい場合は、学校の先
生や周りの信頼できる人にバトン
タッチしてもいいでしょう。

また、褒めてあげるのも効果が
あります。例えば、「今朝は早く
起きられたね」とか、些細なこと
でもいいんです。特に男の子には

効きますよ。

見守っている気持ちを
言葉に出してみよう

——受験勉強で、体力的にも無
理が続くことも心配になります。

小出先生 不調は体に現れるので、
小さな体のサインを見逃さないよ
うにするといいと思います。例え
ば、目の下にクマを作っているな、
体調が悪そうだなと思ったら、声
をかけてあげるといいですね。「食
欲ないなら、ご飯じゃなくてうど
んにする？」とか。不調のサインに
気づけるのは、一番身近にいる保護
者ですから。

多田先生 朝、起きられないなら、
「ちゃんと眠れてる？」と声をか



ポイント

●一番、ストレスが溜まっているのは本人。話しやすい環境を作り、話を聞いてあげよう

●ちゃんと見守っていることを、言葉や態度で示そう。子どもも、安心するはず。

×「そんな弱気はどうする！」

○「どうしたの？」

○「何かあった？」

○「夜はちゃんと眠れてる？」



志望校を決める大事な模試だったけど、その結果にショックの様子。励ましたい！

模試の結果だけが受験データではない

——模試でいい結果が出ないと、子どもは落ち込んで自信をなくしてしまいがちです。保護者は、その姿を見るのが辛いので、励ましたいと思うのですが、うまい言葉が見つからない。

小出先生 基本的に、模試の結果はすぐには上がりません。勉強のスタイルが確立し、基礎ができるまでは絶対伸びないんです。夏からコツコツやっていて、12月にやっと結果に表れる。あるいは1月に突然結果が出る、何とかセンター試験に間に合うかどうか、というのがよくあるパターンです。たとえ

D判定が出て、そのあと伸びることも考えられるのです。

多田先生 模試の判定はあくまでも参考データ。まったくそれと同じ問題が出るわけではありませんが、最後の最後は、どうなるかわからないですね。

小出先生 受験は戦略ですから、自分の志望レベルに合わせた受験スケジュールを組んだり、直前の入試倍率など最後まで情報収集をすることが合格につながったりもします。そのあたりは、ベテランの進路の先生に相談にいかればいいと思います。模試の結果に一喜一憂することもあると思いますが、それが受験の全てではないわけです。

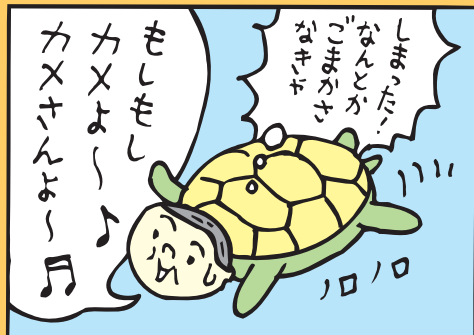
——模試の結果を、気にしすぎな

いほうがいいですね。

最後まであきらめないで継続できるよう応援！

多田先生 例えば、同じ志望校だったのに、一人はあきらめないで、2月の直前まで頑張ったら合格し、もう一人は途中であきらめてしまった。自分より実力が下だと思っていた子が超難関校に受かったの、受からなかった子は悔しくて浪人したという話もあります。

小出先生 最後まで、超難関校を目指すのも大事なかもしれないと考えさせられる例だと思います。大事なのは、最後まであきらめないこと。模試の結果に関わらず、コツコツやっているなら、それを



続けて頑張っていこう、と励ましてあげるといいと思います。
——ここは、保護者の出番かもしれないですね。

ポイント

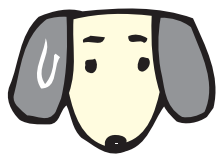
● 模試の結果は参考データだから、保護者も気にしすぎない。
● 大事なのは、地道に頑張りを続けること、最後の最後まであきらめないこと。

✕「志望校を変えたほうがいいんじゃない?」

○試験の直前まで伸びるから、地道に続けていこう

○模試の結果は、参考にすぎないみたいだよ

OKワード NGワード



受験真っ最中。まだ出ない。1校も合格が出ない。親も落ち込んでしまいそう…

自分も子どもも大丈夫 「大丈夫！」だと

——いよいよ2月。受かるはずのところに落ちてしまい、センター試験も予想外の結果。保護者も落ち込んでしまう事態に。

小出先生 最後まであきらめないようにしてはダメですね。保護者の方は「大丈夫よー」と言いつて冷静を装ってください。内心は大丈夫じゃないんだけど、自分もだまし、子どももそれにのせる。自分も心配なのに、親まで心配していると、よけい辛いですから。——ネットの合格発表を見た子どもから「だめだった」と言われたら、その瞬間、どうリアクション



すればいいのでしょうか。

多田先生 そこも冷静を装うしかないですね。「そっか、じゃあ、次だね」と。

小出先生 子どもの前では、落ち込まないで、夜中にひとりになった時に、泣いてください。

——この頃になると、「浪人」という言葉もちろつくかと思いますが、率は上がります。妥協して、受かったところに行くのか、1年頑張つて行きたいところに行くのか、どっち

がいいかですね。家庭の事情もあると思いますが、本人があきらめきれないのなら、「じゃ、来年頑張ろうよ」という選択肢もあると思います。

おいしいご飯と

当たり前の日常でサポート

小出先生 日常生活も、何もなかったように普段どおりにするのが大事です。些細なことですけど、ご飯も手を抜かないで頑張つて作ると、子どもも、「親も目に見えないところで、応援してくれているんだな」と思うのではないのでしょうか。高校生にとって食べ物は大きいみたいです。

多田先生 夜型になりがちですから、朝起こしてあげて、朝ごはんを食べさせて家から送り出すなど、生活のリズムを整えてあげるのも有効だと思います。

小出先生 勉強の指導は教師の

仕事ですから、ご家庭では、安定した生活ができるように、話を聞いたり、睡眠・食事のサポートで、応援していただきたいと思っています。——平常心で、ずっと応援し続けることですね！
ありがとうございました。

ポイント

- とことん、冷静を装う。
- 何もなかったように、日常生活を送る。
- おいしい食事などで、生活をサポートする。

×「どこも受からなかったら、どうしよう」

○「大丈夫よー」

○「そっか、じゃ次だねー」

OKワード NGワード