



# ぽっかぽか

2017年1月発行 No. 15  
風の子第二保育園つどいの広場

## ☆ 子育てにイライラしていませんか？

### ～イヤイヤ期の子どもたち～ ☆

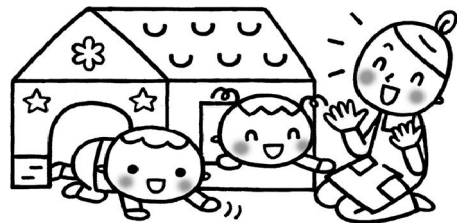
#### ◇イヤイヤ期は順調に育っている証です！

何かと拒否の言葉が多くなり、何に対しても「いやいや」「自分で」と言って反抗的な態度に悩まされるこの時期。反抗したり泣きわめく我が子に、叱る声も荒くなり、「今日も強く怒り過ぎちゃった…」と落ち込むことはありませんか？

なぜ、そのような態度をとるのか。それはおとなとは違う自分の存在に気づき、自分(自我)を主張するようになってきた証拠です。おとなが言っていることはわかるけれど、言いなりには行動したくない“自分”が存在するのです。自分の心の世界が育ってきたことで、他者とのぶつかり合いを体験することになるわけですね。

親は、これまで素直に親の言うことを聞いていた子どもが親に反発すると、戸惑ってしまいます。思わず叱ったり、否定したくなりますが、いきなり叱らないでください。ただ、子どもの言うことですから、間違っていたり、世の中のルールに反していたりするかもしれません。そんな時も、頭から否定しないで、子どもの言い分を聞きましょう。その上で、間違っていたら、それを正し、親の考えを伝えましょう。自分の意見を聞いてもらえたと感じれば、子どもは満足し、人の意見に耳を傾けることを学習します。そして、自分の間違いを認めることもできますし、社会のルールも理解し、納得します。

子どもは気持ちを受け止めてもらった分だけ、お友達の気持ちを受け入れられる。優しくしてもらった分だけ、お友達に優しくできる。子どもたちが健やかに育ち、社会を生き抜いていくためには、お母さんに受け止めてもらった安心感や体験が大切なのです。



#### ◇どんな風に接したらいいの？

##### 言うことを聞かない？～指示が通らない

そもそも「言うこと」は本当に子どもに伝わっていますか？子どもの視野は大人より狭く、また経験も少ないので、言われていることがすぐに理解できないことがあります。「そのくらい見ていればわかるでしょ！」と言っても、子どもにはわかりません。当たり前な事もわかりやすく具体的に伝えましょう。

例)「片付けなさい！」ではなく、「もうすぐごはんだから、お片付けしようね。車のオモチャはこの箱に入れようね。」と一緒に片付けしてみましょう。具体的な言葉で伝えると理解しやすくなります。

##### 全部イヤイヤして大変なんです…

子どもに選択させてあげるとスムーズに行くこともあります。自分で決めることによって、子どもは満足感を得られます。

例) 着替えを嫌がる子に

「早くこれを着なさい！」というよりも

「汚れちゃったからお着替えしようね。この服とこの服、どっちがいい？」結局着替えることには変わりませんが、子どもが自分で選べるので、頭ごなしに言うよりも受け入れやすいのです。

もしも、2つの選択肢から選ばず「こっちがいい」と言った場合、大人も意地を張らず「それでもいいよ」と、受け入れられることは受け入れてあげるといいですね。

##### ほめなさいと言われても…

誰でも叱るよりほめて伸ばしたいと思うものですが、「どこをほめていいかわからないんです」というお母さんもいます。ほめる時には自分の気持ちを言い添えて、具体的な行為をほめてあげましょう。

例)「〇〇くん、すごいねー」ではなく、「〇〇ちゃんのお世話してくれたの！ありがとう！お母さん嬉しいな」

#### ◇わかっていてもイライラしちゃうんです

イライラしてしまうのはあなただけではありません。周りの人に相談したり、子どもから少し離れて冷静になる時間を作ってみるのもいいですね。過ぎてみれば、あっという間の育児期間です。楽しみましょう！応援していますよ！