

教えて!ウエヤマ先生!!



子供たちはどんな時にイライラするでしょう?きっと、自分のしたいことができないときや思ったことが上手く伝えられないときですね。これは、私たち大人も同じです。イライラした時は、誰かに気持ちを受け止めてもらいたかったり、気持ちの切り替えを支えてほしかったり、時には一人にしてほしかったりしませんか?イライラが長く続くことは気持ちがいいことではありません

んが、少しずつ、子供自ら自分の感情を調整していきます。乳幼児期を通して育つ子供の感情調整の発達には、周囲の大人の丁寧な関わりが大切になってきます。

上山 瑠津子先生

福山市立大学教育学部児童教育学科 准教授 / 研究分野は、幼児教育学、発達心理学 / 保育者の専門性に関する研究を行っている。



おしえて!先輩パパ・ママ 子供の「イヤ!」どう乗り越えた?



「AとB」を選ばせる

「お着替えしよう」だと「イヤ!」になるので、「AとB、どっちを着る?」という聞き方をすることで、どちらが良いか自分で決めることができるようにしていました。子供としても、自分で選べるのがうれしいみたい。



人形に代弁してもらおう

親の気持ちを人形を通して伝えたり、「パパが悲しんでるよ」と声をかけたり…。人形やぬいぐるみを使うと子供の気持ちが切り替わったり、楽しむことができたりしてコミュニケーションがとりやすかったです。



追いかけてもらって誘導

息子を誘導したい時に、「こっちだよ〜!」と言って小走りすると、追いかけてこを楽しみながらついてきました。時間が迫っている時などいざと言うときに使える裏技です。



親の気持ちを伝える

「ママから、昨日すぐにお風呂に入れてかっこよかったって聞いたよ。パパも見てみたい!」など、「いいところ、かっこいいところを見てほしい!」という気持ちになるように声をかけていました。

学びPOINT

まずは子供の「イヤ!」という気持ちを受け止めてあげることで、子供に安心感を与えることができるでしょう。その上で、子供の気持ちを言語化しながら、共感してみましょう。

家族で一緒に学ぼう

幼児(3~5歳)シリーズ

⑪ 子供のイライラ・親のイライラ編

「遊ぶ」は「学ぶ」

お出かけるからお着替えしようよ。



もう帰ろうよ。



まだあそびたい!

きがいない! おでかけやだ!

子供がイライラしているときに大人もイライラしちゃうよね...



ぼくじゃないもん!

〇〇くんが描いたの?

どう関わっていけばいいのかな? 中を見てみよう!

家庭でできるアイデアたくさん! ぜひ見に来てね! ▶▶▶▶

親子コミひろしまネット

親子コミ



<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/oyakokomi/>



遊び 学び 育つ ひろしまっ子! 🌱

広島県教育委員会乳幼児教育支援センター

次ページで紹介!

5つの力を育む関わり方

子供にとって遊びや日々の生活の全てが学びです!

「遊び」や「生活」は子供にとって**探究の宝庫**。遊びや生活の中で、発見すること、体を動かすこと、創造すること、困難を乗り越えること、人と関わることなどを繰り返し経験することが、**主体的に学び続けること**につながります。言うことを聞いてくれない、嘘をつく、イタズラをする、何を提案しても「イヤ!」ばかり…。親にとっては困ったことですが、子供の成長過程では必要な経験です。大人のちょっとした関わりで子供の反応も変化していきますよ。

乳幼児期に育みたい
5つの力

感じる・
気付く力

うごく力

考える力

やりぬく力

人と
かかわる力

2~3歳ごろ

今日は
恐竜さん
おでかけしようか?



それなら
おでかけする!

「イヤ」を受け止めて、自分で決めることを増やす

イヤイヤ期は、「自分でやりたい、決めたい」という気持ちが強くなっていく時期です。成長の機会と捉えて、まずは子供の「イヤ」の気持ちを受け止めた上で、頑固なしに叱ったり、無理に欲求を抑えつけることはせず、子供とのコミュニケーションを大切にしましょう。子供の言葉に共感し、気持ちを切り替えられるような提案や選択肢を与えて自分で決めることを増やしてあげましょう。そうすることで、子供は気持ちを受け止めてもらえた安心感や、自分で決めたという充実感を得られます。

感じる・
気付く力

考える力

人と
かかわる力

子供の発達には個人差が大きく、環境によっても異なります。子供の個性や発達のペースを大切に、温かく見守っていきましょう。

3~5歳ごろ

今日はおうちに帰って
粘土のお団子
作ってみたい?
明日また公園に来よう!



子供の意思を認めながら、
大人の思いも丁寧に伝える

決まりや人の気持ちがわかってくると、わざとルールを破ったり、反抗的な態度を取ったり、ぐずって言動を変えることがあります。まずは、子どもの意思に寄り添って、子供の考えていることや行動を認めてあげることが大切です。子供は自分の思いが伝わり、受け入れてもらうことで、少しずつ見通しをもって行動できるようになります。

うごく力

考える力

やりぬく力

人と
かかわる力

3~5歳ごろ

子供が嘘をつくには理由がある

語彙が増え、コミュニケーションを取れるようになると、子供は嘘をつくこともあります。嘘をついたことを責めるよりも、注意を引きたい、怒られたくないなどのメッセージがあるかどうかを考えましょう。その上で、嘘をついた理由を保護者自身が考え、子供の気持ちを聞いてあげましょう。その後、嘘をつかれて悲しかったこと、本当のことを話してくれて嬉しいことや、本当のことを言ってくれたら対応できたこと、次は伝えてくれたら嬉しいことなど、丁寧に伝えることが大切です。

大きいところに
描くのが
楽しくなっちゃっ
たんだね。

本当のことを
教えてくれて
ありがとう!

感じる・
気付く力

考える力

人と
かかわる力



ここが
ポイント!



子供のイライラサインを見つけたら、スキンシップをとりながら、目を見て話を聞く、親も正直に向き合って話すなど、子供に安心感を与えられるような関わりが大切です。