

チャイまる通信

vol.29<令和5年1月発行>

子育て世代包括支援センター「チャイまる」は、妊娠期から子育て期の方が元気に安心して生活できるようお手伝いする機関です。

今月のチャイまる通信は、「イヤイヤ期の乗り切り方」についてです。1歳代後半になると「イヤイヤ」の主張がはじまり、親を困らせることがあります。

どの子にもやってくるイヤイヤ期

1歳代後半になると自我が芽生え、心の自立が始まります。「自分は親の一部ではない」「独立した存在だ」とアピールをはじめます。その最初の形が「イヤ!」という反発です。自分でやりたがり、うまくできずにかんしゃくを起こして親を困らせることもあります。この時期の失敗や成功の経験は、その後の自立につながっていきます。

「イヤ」だというのは、子どもの気持ちです。こうした感情を持つこと自体はいけないことはありません。重要でない場合、今は、それ以上やり合わない……というのも一つです。



子どものイヤ
イヤ期は親の
「諦め期」

「イヤイヤ」が始まったら、気持ちの切り替えを促します。ずっと切り替えられずにどうしようもない時は、親が諦めるしかありません。気をつけたいのは、自我の芽生えとともに探求心も旺盛になってくるため、事故につながるようなことでも関係なく挑みます。安全に探究心を満たせるように「ダメ」と言わなくてはならないものを片付けておくなど、環境を整えることも大切です。

何をやってもうまくいかないイヤイヤ期

うまくできる親は、まずいません。この頃の子どもにとって、親は「どんなことでもできる魔法使い」であり、「できるのになぜやってくれないのか」と駄々をこねている場合もありますが、徐々に親が万能ではないことを悟っていきます。子どもは世の中が自分の思い通りにならないことを学び、親も子育てが思い通りにならないことに気付く時期でもあります。

叱らなければならない時はきっぱり叱る

本当に危険なことや人を困らせるようなことをした時などは、きっぱりと叱ってください。叱られてもトラウマになることはありません。何かいけなかったのかを繰り返し伝えていけば、だんだんと柔らかくなっていきます。また保育園の登園など時間に限りがある時は泣いても騒いでも、強引に抱きかかえて連れ出すことも必要。親が譲らないことも、経験の中で子どもなりにわかっていくようになります。

叱る時のポイント

- ①発見したその場ですぐに
- ②厳しい顔でメリハリを
- ③どの行為がなぜいけなかったのかを短い言葉で



関わりかたのポイント

1歳代後半

- 事故や危険に注意しつつ、やりたいことができるようにサポートし、やりたくなった気持ちをほめて、自分でできるという万能感を満たしてあげましょう。
- 好きな色、好きな本など自分なりのこだわりも出てきます。「イヤ」と自己主張したり泣いたりしますが、「あれは何だろう？」と別のものに誘導を。この頃はまだ、この誘導に乗って気持ちを切り替えられるでしょう。

2歳代

- できると思ったのにうまくいかない、気持ちを言葉で伝えられないなどのもどかしさを「イヤ」表現していると心得ておきましょう。
- 自分でやりたがりますが、まだまだ発達途中です。親は「どれどれ、みせて」と言いながらさりげなくサポートをします。
- 「できる」という根拠のない自信を強くもっているため、親の手助けは嫌がります。「できるようになったよね」「上手になったよ」などの励ましの言葉をたくさんかけてあげましょう。

よくある事例

スーパーなどのお店で欲しいものを買ってもらうまで泣いてかんしゃくを起し、言うことを聞かない。周囲の目が気になって、おおきな声で怒鳴ってしまいます。



●1歳代後半

子どもを抱えて、いったん店の外に出ます。落ち着いてきたら、視線を合わせて「欲しいの分かるけど買わないよ」ときっぱり伝えます。約束できたら買い物に戻ります。

●2歳代

この年齢のかんしゃくは1歳代より激しくなります。店の外などに移動して気持ちの切り替えを促します。どうしても興奮がおさまらない場合、買い物を続けるのは諦めます。怒りの感情をぶつけてもかんしゃくに拍車をかけるだけです。

子育て世代包括支援センターチャイまる

【お問い合わせ先】

〒899-2592 日置市伊集院町郡一丁目100番地
専用ダイヤル TEL: 273-2177

【開設日時】 月曜～金曜日（祝日・年末年始は除く）8時30分～17時

【所属】 日置市こども未来課子育て支援係・健康保険課健やか母子係

