

「かんしゃくがひどい」と思ったら？



なぜなの？

- ・自分でやりたい気持ち（自我）が育ってきている。（対応方法①）
- ・生理的な欲求が高い（お腹がすいた・疲れた・眠たい!）。（対応方法②）
- ・自分の思い（期待・予想）と現実が違ってとまどった。
急な出来事や刺激にびっくりした。（対応方法③）
- ・自分の思いが伝わらずイライラしている。（対応方法④）
- ・かんしゃくを起こすと、周りの人が言うことを聞いてくれると学習した。（対応方法⑤）

自分の思いが出てきたことは子どもの成長のチャンスです！
この「かんしゃく」に対応する大人も成長のチャンスです！！



どうしたらいい？（対応方法）

★まず、どんなときにかんしゃくを起こしやすいか振り返ってみよう。

- ①服や靴は扱いやすいものにして、「1人でできた！」の達成感や満足感をたくさんもたせてあげよう（自信をつけていく大切な時期です！）
達成感を得られやすいように、前もってさりげなく助けておくのも◎
 - ②生理的な欲求をまず満たそう。
 - ③見通しが持てるよう、予告をしたり、選択させてあげよう。
不安になっている時は、子どもが安心できるよう抱きしめてみよう
 - ④ゆっくり話を聞いてあげよう
子どもの気持ちを想像して代弁してみよう「〇〇したかったのね」。
 - ⑤あまり刺激を与えず、近くでそっと見守ろう（頭を打ち付けたりとけがをしそうな場合は、手を当てたり、抱いて場所を変えたりしよう）。
 - ・かんしゃくを起こしたことで言うことを聞いてしまうのはやめよう。
 - ・ダメなものはダメと注意をする（怒る必要はありません!）
- ＋ 気持ちの代弁
＋ かんしゃくをやりすぎたら、一緒に振り返ろう



困ったり迷ったりしたら、いつでも相談してくださいね。

三原市こども安心課	電話0848-67-6061
本郷保健福祉センター	電話0848-86-3609
久井保健福祉センター	電話0847-32-8551
大和保健福祉センター	電話0847-34-0960