

イヤイヤ期について



1歳を過ぎると、自己主張や反発が激しくなり、全身で意思表示をするようになります。これは、自我が芽ばえてきた証！自立への第一歩につながります。

～そんな子ども達とのかかわり方～

- **子どもの気持ちをくんで言葉にする。**
 - * 叱るのではなく、子どもの気持ちを代弁すること。
 - * 「ダメ」と言うのは生命にかかわる危険回避時だけ。
- **イヤイヤのきっかけを減らす工夫を試してみる。**
(同じことでイヤイヤする時は事前の対処を)
 - * 夕食前に「お菓子ちょうだい」と駄々をこねる時は、おにぎりなどの軽食を用意しておく。
 - * ある分だけ、飲んだり食べたりすると駄々をこねる時は、別の容器に移しておき、なくなったことを実際に見せてみる。
- **二者択一で、子ども自身が選べるようにしてみる。**
 - * 自分で決めたことはしようとするので、選択肢をあたえるのも一つの方法。
- **それでも収まらない時は、気持ちが切り替わるような対応を試してみる。**
 - * 一緒に散歩に行ったり、おやつタイムにしたり、シチュエーションを変えてみる。

イヤイヤ期は、子どもが成長するうえで必ず通る道です。永遠に続くものではありません。悩みを共有しながら一緒に乗り越えていきましょう。

※子どもの心の発達も参考にされてみて下さい。



子どもの心の発達



【1歳】 自我が芽ばえ、自己主張が始まります。

自分の意志で決めたいという訴えが「いやだ」という拒否なのです。この反抗や拒否を抑え込んでしまうと、自我を形成する意欲が育たなくなってしまいます。いったんは子どもの気持ちを受け止め、気持ちを切り換えられるように促し、どうしたらいいのか聞いてみるようにしましょう。自分自身で好きな物を選ぶように、選択肢を掲示するなど否定せずに尊重し、行動をあたたく見守りまもるようにしましょう。

【2歳～2歳6ヵ月】「自分で」と主張。大人に手を出されることを嫌がります。



子どものやりたいという気持ちを尊重しながらも、してはいけないことはしっかり伝えることも必要です。いくら泣いても思い通りにならないことが体験を通してわかってくると、自分をコントロールする力がついてきます。また、自分自身を大切な存在として意識する「自尊心」が育ち始めます。何でも出来るようになった自分を認めてほしい。赤ちゃんではなくお兄ちゃんお姉ちゃんになったという思いが強くなってきます。子どもの失敗談の話は子ども前ではしないようにしましょう。自分を否定されているように感じてしまいます。

【2歳7ヵ月～3歳未満】 自律心が芽生え始める。

激しい自己主張は、自律心を身につける第一歩。自分はこうしたい！と意図がはっきりしてきます。しかし、うまく言葉で伝えることができず、大人の指示とぶつかるようになります。思い通りにならない壁にぶつかり、混乱し、激しく怒ったり、なが泣きしたりしますが、感情をしっかり出すことで、次第に心の動揺がおさまり、どのようにすればよかったのかを考えるようになります。「返したくないけど」「返そうかな」など、どうしなければならないのかを自分で判断し、それを遂行するために自分をコントロールする能力(自律心)が芽ばえてくるのです。子どもが激しい感情の動揺を見せた時は、自律心を身につけるため、自分と闘っていることを理解しましょう。動揺を抑えつけようとせず、子どもの葛藤を肯定的にとらえ気持ちに寄り添い、あたたく支えてあげることが大切です。

