



少しずつ春らしい陽気の訪れと共に外出したくなる季節となりましたが、新型コロナウイルス感染が心配なところですね。家族やママとお子さんだけでの散歩であれば、感染リスクもなく過ごせますね。お子さんと一緒に春を見つけに出掛けてみてはいかがでしょうか？外の空気に触れるだけで、自然と心も身体も軽くなると思いますよ！

支援室では感染予防に努めながら、親子で楽しく過ごしていただいています。その中でイヤイヤ期にどう対応して良いか悩まれるお母さんがとても多くいらっしゃいます。そんな時は、誰かに話しを聞いてもらうだけで不思議と気持ちが落ち着くことがあります。すくすくパオーンルームでは、保育士・助産師・保健師が皆さんのお話を伺います。気軽に遊びに来てみませんか？どんな些細な事でも構いません。お母さんが困っていること、悩んでいること、心配なこと、一緒に良い方法を考えさせてください！一人で抱え込まず、一緒に子育てしていきましょう！



みんなどうしてる？
イヤイヤ期の乗り越え方



子どもに選択をさせます。「〇〇と〇〇どっちがいい？」と尋ねると気持ちが切り替わって自ら選んでくれます。自分で選んだ事なので納得します。

「そっか。いやだよね。ママもその気持ちわかるよ。」と気持ちに共感してあげながら抱っこしてあげます。しばらくすると落ち着いてくれました。

今の状況よりも魅力的な事を提案し、そちらに気持ちが向くようにしました。魅力的じゃないと全く効果なしでしたが・・・(笑)

子どもの気持ちが落ち着くまで、ひたすら待ちました。少し時間がかかりますが、結局それが一番の近道だったように思います。

とにかく色々な人に話します。みんなも大変なんだとわかると気持ちが楽になりました。あとはこっそり自分にご褒美したこともあります。

