

今年も残すところわずかとなりました。この1年お子さんと過ごす中で、微笑ましいできごとや子育てに悩んだことなどたくさんあったかと思います。今月は「イヤイヤ期」についてお伝えします。一筋縄ではいかないイヤイヤ期。今後の子育てのヒントになると嬉しいです。

「イヤイヤ期の言葉かけのコツ」

2歳前後の子どもは「納得感」をつけさせてあげるのが大事なポイントです！

着替えを拒否する時

- ×「着替えなさい！」
- 「どちらの服にする？」

自分で選んだ！
という納得感がある

オムツ替えを拒否する時

- ×「オムツ替えるよ！」
- 「好きな絵のオムツを選んでいいよ」

複数メーカーの
オムツを揃えた方も！

遊び終わらない時

- ×「もう終わりだよ。帰る時間だよ！」
- 「あと何をやったら終わりにする？」

うまく答えられない子には
2 択にしてあげるのも◎

イヤイヤ期はとにかく「選択」です！自分で選び決めたということで、納得感が得られます。そうすることで「イヤイヤ」「癇癪」が減ったり、スムーズに動きやすくなります。しかし「自分で決める」ということは子どもにとって実はとても難しいです。自分で決めやすくするには…

- ポイント ①困った時だけでなく日頃から選ばせて納得感を促すこと
②どうしたい？にうまく答えられない子には「どちらがいい？」と
まずは 2 択から選ばせてあげてください！

イヤイヤ期は自我が芽生えた子どもが、「どこまで自己主張していい？」「どう折り合いをつける？」と言う事を葛藤し学んでいる時期です。自己主張をしながら自分作りをし、自立の為の大切な期間です。この時期をしっかり受け止めてもらえた子どもは、自己肯定感が育まれ、自立に向けて成長することができます。