子育てのひろば№.３４８

かんしゃくについて

　かんしゃくとは、泣き叫ぶ、床に寝転がるなど感情があふれ出して自分でコントロールすることが難しい状態のことです。特に自我が芽生える２歳頃から増え始めます。思い通りにならないときに自分の欲求を伝える手段や、大人にしてもらうことへの拒否反応などさまざまな原因が考えられます。

《かんしゃくが起こったときの対応》

①安全な場所に移動し、見守りながら落ち着くのを待ちましょう。かんしゃくを起こしているときに、子どもの要求をかなえるようなことをしたり、無理に止めたり叱ったりすると逆効果です。かんしゃくがひどくなり、習慣化してしまうことがあります。時間がかかるかもしれませんが、落ち着くまでそっと見守りましょう。

②落ち着いたら気持ちに共感し、ほめましょう。
「〇〇したかったけど我慢できて素敵だね」など子どもの気持ちを言葉で代弁しましょう。子どもは安心して、感情を言葉で表現したり、コントロールしたりする力がついていきます。

　かんしゃくは子どもの成長過程で見られる自然な行動で、決して大人を困らせようとしているのではありません。言葉や感情のコントロールが発達するにつれ、徐々にかんしゃくは減っていきます。

街道保育所
▽☎(９２２)３０７７