



ことばとこころ 157号

令和7年10月

村上市ことばとこころの相談室

相談室ではお家の方から、「かんしゃくがひどくて…」「我を通そうとして…」「兄弟げんかばかりで…」など、お子さんへの対応の仕方を悩む声がいろいろと聞かれます。

今回のおたよりでは、子どもの「かんしゃく」や「兄弟げんか」について、対応の仕方のヒントをお伝えします。

1. かんしゃくへの対応について

どの場面でも共通する大切なポイント(①～③)があります。さらに場面ごとにより具体的な対応をお伝えします。参考にしてみてください。

① 「遊びたかったね」「もっと見たかったね」と子どもの**気持ちを代弁**してあげるとよいです。お子さん達は、言葉でうまく伝えられずに大声を出したり泣いたりと行動で伝えようとし、かんしゃくとなって表します。代弁したことで、お子さんは気持ちを受けとめてくれたと感じ、表現できる言葉を知ることにもつながります。

②代弁した後、「しょうがないよね」「また今度ね」と切り替えを促す言葉掛けをして、できればその場から離れましょう。

③泣いていても怒っていても車に乗るなどお帰りモードになっていたら、**必ず褒めましょう**。

泣いたり怒ったりしているのは、自分の気持ちと葛藤している状態です。さらに「泣くのをやめて」等言わず、切り替えをしようと頑張っているなあ…とそっと見守ってあげてください。

お店にて

お菓子や玩具売り場で、「買って～」って大泣きしちゃうの…、まったくもう！

☆こんなふうにしてみては…

- ・出かける前やお店の出入り口にて事前に約束をする
- ・何を言ってもおさまらない時は、なるべくその場から子どもを連れて離れる



なるほど！

もう時間なのに！

「もっと遊びたい」って騒いで…

公園等にて

☆こんなふうにしてみては…

- ・「あと〇回やったらお帰り」と子どもに伝える
- ・時間を決める。「長い針が5になったら帰ろうね」「ピピって鳴ったら帰る合図だよ」と時計やタイマーを使う
- ・帰る前に、もう少ししたら帰ることを子どもに事前に伝えておく
- ・片づけを大人も手伝う。それでも難しい場合は、子どもを連れてその場から離れる

お着替えで

自分でできるのに！

なんで着替えてくれないの？

☆こんなふうにしてみては…

- ・一人でできるけど、大人がお手伝いをしてあげる（特に忙しい時間は…）
- ・できれば、一部分のみ本人が行う（「脱ぐのは〇〇ちゃんがやってね、パジャマはパパが着せてあげるね」等）

そうか…



テレビや動画

いつまでも見てないで！もうテレビや動画はおしまい

- ☆こんなふうにしてみては…
- ・時間を決める（時計やタイマーを使う）
 - ・もう少し見る、終わりにする等、決定権は大人にあることを伝える（「終わりはママが決めます」と、子どもに教える）

2. 子どものけんか＜幼児期＞について

子ども同士のけんかや、兄弟げんかについて悩まれる保護者の方も多いと思います。子どものけんかを見ると、すぐに「やめなさい」「あなたが悪いよ」「ごめんねは？」「謝りなさい」などと言ってしまうこともあるかもしれませんね。



幼児期のけんかは、危険が伴うようなけんかはすぐに止めさせないといけませんし、子どもだけで解決できないようなときは大人が仲裁に入らないといけません。なるべく子ども同士で解決させるとよいでしょう。子どものけんかは、大きな成長のチャンスだと思ってください。自分たちで仲直りする方法を学ぶためには、小さなけんかをたくさんし、何度も何度も仲直りする経験が必要です。

兄弟げんかは、おもちゃの取り合いの時が多いかもしれません。「お兄ちゃんだから、我慢しなさい」「お姉ちゃんだから貸してあげなさい」とつい言いたくなりますが、実は兄弟それぞれに言い分があるのだと思います。お兄ちゃん、お姉ちゃんは、「一人で使いたかったから」「勝手に使ったから」「壊されそうで嫌だから」と思っていたり、弟くん、妹さんは、「お兄ちゃんが楽しそうに遊んでいたから、使ってみたかった」「お姉ちゃんばかりずるい」など、それぞれの立場で感じることは様々です。お家の方も兄弟げんかをしている場面を見ると、イライラしたり、うるさいと思われることが多いことでしょう。

しかし、兄弟げんかは、自分の感情を出せるよい機会でもあるかもしれません。感情のコントロールのトレーニングになりますし、自分の怒りのパターンや性格を知る機会にもなります。お家の方はできるだけ公平に接して、両方の言い分を聞いてあげましょう。頭ごなしに叱るのではなく、「お母さんは、こう思うよ」「お父さんなら、こうするなあ」などと、思いを伝えるようにしてもよいと思います。

大人はいい悪いを決めたり、あれこれ指示するのではなく、どう解決するかヒントを伝えながら、子どもたち自身の判断にゆだねてみるのもよいのではないのでしょうか。

参考文献＜子どもが一週間で変わる 親の「この一言」＞

ちょっとフレイク！

いろいろな遊びを知っていると、
お家でも仲良く楽しく遊べるね！

<ふれあい遊びや体を使った遊び>

～お父さんお母さん、おじいちゃんおばあちゃんとふれあったり、じゃれあったりして遊ぼう！～

高い高い



大人の体で木登り



♪お船はぎっちらこ



飛行機だよ～！



<イラストは一例です>

年齢に合わせ無理なく、子どもと大人でふれあって体を動かしましょう！じゃれつき遊びは、スキンシップを図るだけでなく、継続して行くと、脳を刺激して集中力を高めるといわれています。

<家族で向き合って、楽しく遊ぼう！>

～親子で、兄弟で、おじいちゃんおばあちゃんと、室内で一緒に遊ぼう！～

カルタ、トランプ、すごろく、オセロ、カードゲーム、ボードゲーム等

ゲーム機を使わなくても楽しく遊べ、家族の時間ができたり、子どもにとっては、社会性の発達につながります。

