

かわいくてやんちゃな2歳児



2歳は赤ちゃんから子どもに成長しようと人間として本格的な生活を始める大切な時期です。好奇心、独立心が一段と旺盛な反面、自我の芽生えが出て、大人の指示や

命令に何でも「いや」と第一反抗期の現象があらわれる気まぐれ時代でもあります。

この時期は、子どもの持てるエネルギーを十分に発散させる育児と人間としての基礎的生活リズムを整えることが大切です。

2歳児の特徴を知って上手につきあってみましょう。

ほめること、しかることの大切さ

「つい、叱ってしまって…」 「毎日、イライラの連続です」

そんな悩みは、子育て中の親なら誰でも感じるところですね。「ほめる」も「しかる」も社会の基本的なルールを、子どもに教えるためのしつけです。

「ほめる」は良い行為を繰り返し身に付けるために、「しかる」は悪い行為を繰り返さないためにします。子どもに限らず、大人でも、誰かから「認めてもらいたい」「ほめてもらいたい」「ほめてもらって嬉しい」という気持ちをもっています。その気持ちに寄り添う関わりをすると、実はほめるだけで、効果的なしつけにつながります。

✿ 「ほめる」ときは、その子をまるごと、「しかる」ときはその行為だけを。

✿ まだ時間の概念がないため「ほめる」も「しかる」も、そのとき、その場が効果的です。一度にたくさんのルールを与えず、今その子に必要なこと、できそうなことをひとつ選んで、子どもに伝えていきましょう。

この頃の子どもは「ダメ」と言うとわざとやったり、要求が通らないと大声で泣き叫んで困らせたりします。そのときは一度ダメと言ったらあとは徹底的に拒絶し、決して態度を崩さないことです。そしてその後は「よく我慢できたね」とほめたり遊ばせたり誘うなど、別のところで自立性を認めてやるのが大切です。

「自分でできた」という成功体験をたくさん経験すると、「自分にはいろんなことができるんだ」という自信を持てるようになります。大切なことは、できた、できなかった、ではなく、「やってみよう」と心を動かしたことです。できていなくても「よくやったね」とほめてあげましょう。



おうちの人に「ほめてもらう・認められる」体験を積み重ねていくことで、子どもの心はぐんぐん育まれていきます。お父さんやお母さんが嬉しいなと思ったときに、良かったことを具体的にほめてあげましょう。



ほめ方上手は、しつけ上手

～手のかかる時こそ、最大のチャンス！～



<今日から実践できるほめ方ポイント>

ほめ作戦その1“子どものいいところ探しをしよう”

子どもさんのいいところ（長所）が、スラスラ言えますか？ 「つい叱ることが多くって…」と、よいところより悪いところに目がいていませんか？



何をほめていいのかわからない・・・。そんな時にお勧めなのが、「当たり前に行っていること」に注目して、ほめることです。

<効果のでる叱り方って？>

“叱る”が効果をあらわす一番の根底には、

- ① 普段からほめられていて
- ② 何をすればよいかを本人がわかっている

ことがとても大切です。

① 普段、よいことをしてほめてもらって“嬉しいな”という体験が少ないのに、叱られた時によい行動はできません。

また、② よい行動がどんな行動なのかを教えてもらっていないと、どうしてよいか分からず、よい行動に変えることができません。

“叱り方”を教えて欲しい、というお話もよく聞きますが、叱った時に“しつけ”が行き届くためには、まずは“ほめ上手さん”になることをお勧めします。



かんしゃくを起こして、叩いたり、物を投げたりするお子さんは、2歳児ならでは。言葉の成長に伴って、必ず落ち着いてきます。叱らずに、どうすればよいかを教えてあげましょう。



叱り方作戦その1

“叱るポイントを決めましょう”

その時の気分や、親の都合で叱る場面や叱り方がコロコロ変わると、子どもは、よいことと悪いことの区別がつきにくくなります。

- ① 身体に危険を及ぼすようなことをしたとき
 - ② 道徳に反することをしたとき
- など、むやみに叱るのではなく、本当に叱らないといけない時や場合を決めておきましょう。

叱り方作戦その2

“怒りの感情をコントロールしましょう”

叱る時に大切なポイントは、“親の感情コントロール”です。怒りのままに叱ったり、子どもの気持ちを無視して叱っても、子どもには本当に伝えたいメッセージが伝わりません。

体罰は絶対避けます。力を恐れて言うことを聞くだけです。子どもの心は深く傷付きます。

「痛いから、怖いからやめる」というのでは、親が見ていないときには…？

叱り方作戦その3“ほめるために、待ちましょう”

こどもの心にきちんと伝わる叱り方のポイント

- ① して欲しくない行動が始まったらすぐに、目をあわさない、微笑まないなどして、その行動を好ましく思っていない、ということ態度で示します。このとき、怒りの表情をせず、無関心を装いましょう。
- ② 子どもと距離を置いて、でも目は離さず、子どもが自分で気づけるよう、“こうして欲しいな”というメッセージを伝え、して欲しくない行動をやめ、して欲しい行動を始めるのを待ちます。
- ③ よい行動のメッセージを伝えても切り替えにくい時は、親が穏やかな気持ちで、子どものそばに寄って、
- ④ トーンを押さえた落ち着いた声で、はっきりとした口調で、どうしたらよいかを伝えましょう。

食事中に遊んでしまうことも、よくあることですよ



つい、叱って、呼び戻してしまいがちですが、そこをぐっとガマン！

やめて欲しい行動に振り回されず、無関心を装って、よい行動を待ちましょう。



①まずはおもちゃを事前に片付け

②よい行動を気づかせてあげて

③よい行動をしたらすかさずほめる

子どもは、切り替えが苦手で、自分の興味や欲求を優先しがちですし、気も散りやすいという特性を誰しも持っています。初めから、繰り返し伝えないといけないかもしれない、

ということを予想して対応しましょう。また、せかさず、子どもが話を聞いてくれるための時間の余裕を持ちましょう。

叱り方作戦その4“最後は、ほめて終わりましょう”

もし、親の話を聞いてくれて、子どもがよい行動に切り替えてくれた時には、すぐに“〇〇してくれて嬉しい”といった具体的なほめポイントを伝えつつ、ほめてあげてください。それこそが、次に叱った時に、より効果を発揮してくれます。どんな場面でも、“叱ったまま終わり”にしてしまうと、親も子も後味が悪いですね。最後には、“ほめて終わり”に

なるよう、親の話をちょっと耳を傾けてくれたらほめる、やめて欲しい行動が止まったらほめる、よい行動に変わり始めたらほめる、といったように、“最後までできたらほめる”のではなく、ちょっとでもよいことをしたら、見逃さず、注目してほめてあげましょう。