

Dr.ひろみの

子育てのお悩み Q&A

子どものこんな行動に困ってますシリーズ

その3

テンション 10 で遊んでいて、急に機嫌が悪くなり、3 とか 2 にまで下がってどのように接していいかわからなくなる時があるので困っています。



回答者：鈴木裕美

子どもが遊んでいる最中に嫌なことがあって、機嫌が悪くなり癇癩を起すことはよくあります。親からすると、さっきまでご機嫌だったのに、何なんだと訳が分からなくなりますね。成長する過程で、怒りを感じた時に、まず泣く、次に叫ぶ、物や人に当たるというように発達し、次に気持ちを言葉で表現するという段階にいけます。そして、人と交渉するなど高度な解決能力を得るようになります。

親ができることは、**言葉にできない気持ちを言葉にする手伝い**をすることでしょう。「どうしたの。自分が思った通りにできなかったのが悔しかったの？」など。または**落ち着かせるために、その場から子どもを一旦離す**こともできます。親と一緒に感情的になって怒ったり、オロオロして子どもの言うことを何でも聞くのは「間違っただろうび」になるので注意しましょう。

その4

兄弟間でなく友達との間で「〇〇嫌い」「ずっと遊ばない」ということがあります。この場合もやはり家庭で心のコップが満たされていないということなののでしょうか。

そうとも限りません。友達が嫌い、遊びたくないという言葉の裏には、「**お母さん、話を聞いて!**」という**気持ち**があります。決して「そんなことを言うてはいけない」と叱らないでください。どうしてそう思ったのか、その気持ちをしっかり聞いてあげてください。そうすれば、今度その子に会った時にどうすればいいか、落ち着いて考えることもできます。