

親子でイヤイヤ期を乗り切ろう



さわ 騒がないでよ～
おれ 俺のせいになっちゃう

イヤイヤ! って
言っちゃうけど
“したいこと”は
よくわからないよ

こんな時どうする?

たの 楽しい場所から移動できない時
(他にもお父さん・お母さんと離れられない時)

あそ 遊びたいよな。
ご 17時まで遊んだら、
パパと帰ろうな



接し方ポイント

- 大人の気持ちは伝えず、
子どもの気持ちを聞く
- 事前に一緒に約束を決
めて、その場でもう一度
確認する

小児科医が診る 子育てワンポイント

普段から少しでもいいので、子どもと向き合う時間をつくって
みませんか。

イライラがたまってきたら、6秒数えて落ち着きましょう。

心配なことがあったらいつでも気軽に小児科医に相談しましょう。



できていること探し をしてみよう

お父さん・お母さんチェック

- ストレスを発散している
- 家族と話している
- 子どもに話しかける
- 身の回りのことを手伝う
- 叩いたり殴ったりしていない
- けなさない・笑いものにしない
- 危ない物から守る

ちゃんチェック

- 好きな物がある
- 他の子に興味がある
- 親に話しかける
- 一人でやろうとする
- 言うことを聞く
- 思いを言葉で伝えられる
- 危ない物が分かってきた

チェック がつかない・少なく感じる時は…
 がんばりすぎないで、周りに頼ってみよう

遊び方を
おしえてもらう

関わり方を
き聞く

預け先を
そうだん相談する



そうすると…

- 力が湧く
- 子どもと関わりやすくなる
- 後押ししてもらえる
- 気持ちにゆとりが持てる

① 児童相談所虐待対応ダイヤル 189 へ TEL 児童相談所の専門家に話や気持ちを聞いてもらえます

② あなたのまちの相談窓口

〇〇市 子育て 相談