



# すまいるだより

## 「かんしゃくは成長に必要なもの」

vol 8

【子育ての相談】  
子育て世代包括支援センター  
「えがお」(健康福祉課内)  
電話 0241(62)6170  
メール egao@minamiai-zu.org

を「嬉しい」と感じます。1回や2回で、子供に「我慢」は身に付きませんが、結果的にかんしゃくの頻度は減ってくると思います。

**朝** 晩と寒い日が続くようになり、「えがお」には「子どもが朝、なかなか着替えてくれない」「注意するとひっくり返って泣くこともある」など、子どもの「かんしゃく」への相談が増えてきました。

**か** んしゃくの回数があまりにも多いと、昔から「疳の虫がいる」などと表現されることもあるくらい、子育て中のご家庭ではありふれた状況かもしれません。「かんしゃくはなぜおこしますか?」という相談も珍しくありません。

**そ** こで今回は「かんしゃく」について一般的な対応をお伝えしたいと思います。

**自** 分の思いどおりにならないくて、大声で泣いたりわめいたりする・・・。

**特** に、おじいちゃんやおばあちゃんがいるときや、家族以外の人がいるときに限ってわがママを言いだして、かん

しゃくを起す・・・という場面は、

きつと多くの方も経験していると思います。ときには付き合いきれないこともあるこの「かんしゃく」は、とても自然な姿で、子どもの成長のために避けて通れないという一面もあります。

というのは、かんしゃくの発生はまだ赤ちゃんだった頃の関わりさかのぼるとされているからです。

**赤** ちゃんのころは、大人は子どもの泣き声でオムツ?ミルク?と判断して願いを叶えてあげます。歩くようになってからも、大人は子どもに必要なものを与え、できる限り子どもが笑顔でいてくれるように、抱っこしたり遊んであげたりと関わり続けます。このような愛情を受け、子どもは自分に自信を持ち「自己肯定感(自分はありのままの自分でよいという思い)」を持つようになります。

**そ** して、子どもが成長するにつれ、子どもが欲しが

るものは変化してきます。「おっぱい」や「抱っこ」のように成長に必要なだったものが、「こはんよりお菓子がほしい」「新しいおもちゃを買って」「夜遅くまでゲームしたい」など、成長に必要ないところまで欲しがる範囲が広がってくるのです。

**も** ちろん家族は、抱っこやオムツ交換とは異なり、

いつも子どもの望みどおりにはできず、「ダメ」ということを教えていくことになります。間違いない家族は子どものことを考えて「ダメ」を教えるのですが、良い・悪いの判断がつかない子どもからすれば「受け入れてもらえなくなった」という反応を示します。これがいわゆる「かんしゃく」です。

**子** どもは受け入れてもらうために必死で「僕はこうしてほしい」「私のいうこと聞いて」と抵抗するため、家族が「もうおしまい」「がまんしよう

ね」などの言葉をかけるほどに、大声で泣きわめくようになっていくというのです。

**そ** う考えると、かんしゃくとの関わりは「我慢を教えること」であることが見えてきます。我慢を教えるときの主な留意点は、次の2点が挙げられます。

①人や場面で子どもへの態度を変えないこと。

②子どもが自分で落ち着く前に怒鳴るなど、力づくで黙らせないこと。

**ダメ** なことを教えるときに大切なこと、それは「ダメなものダメ」という姿勢を貫きと通す大人の対応です。そして自分で「ダメ」を受け入れた子どもを「よく頑張ったね」と認めることの繰り返しと言われています。

**認** めてもらおうことで、子どもは「何でも自分の思い通りにはならない」と学びます。そして我慢して褒められたこと

一方、力づくで子どもを黙らせても効果は一時的で、「どうせ私のこと嫌いだ」という否定的感情を強めてしまいます。ですから、力づくで押さえつけるのではなく、子どもにちゃんとかんしゃくを起させて、自分で落ち着くのを待ちましよう。子どもが自分から寝てあげる、という事が必要と考えられているようです。

**で** す、これまで記したことを試してもうまくいかないとき、それは「かんしゃく」ではなく「パニック」かもしれません。

**も** し、「ご家族がお子さんの強いかんしゃくへの対応で悩むことがあれば、そのお子さんに合った方法を提案できるかもしれません。保健師や心理職に気軽にご相談いただけたらありがたいです。