

# 〇ほめ方のポイント

♪ いつもできている所もほめる

お靴ならべてくれて  
助かるわ。ありがとう！



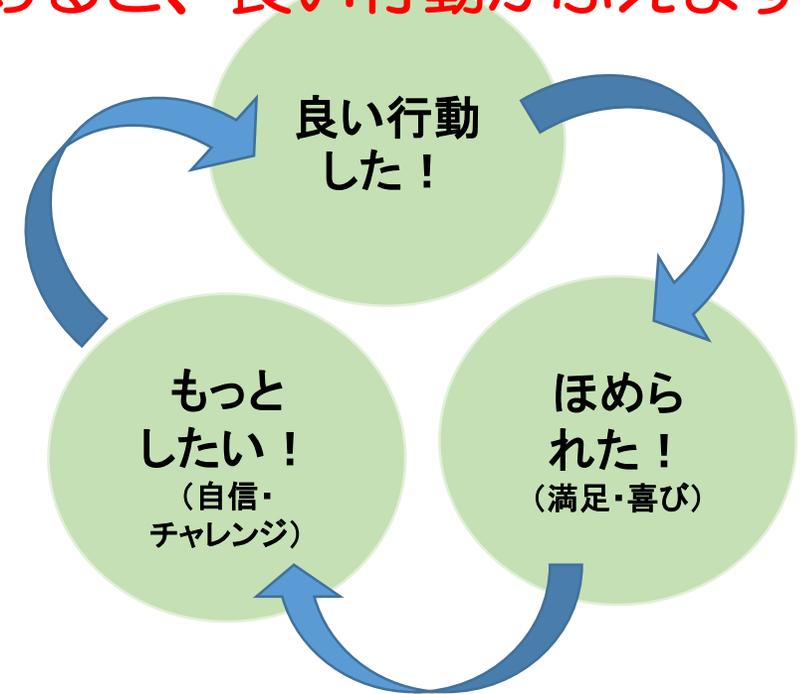
あいさつが上手ね！  
気持ちがいいわ。

♪ すぐにほめる。10秒以内で！  
♪ こどもに近づいて、笑顔でほめる



頭をなでる、肩にさわる、  
拍手する、タッチする等、  
スキンシップをすると、  
より効果的！

ほめると、良い行動がふえます



うまくいかない時は、こども子育てサ  
ポートセンターへ聞いてみよう！

# ○叱り方のポイント ～叱る＝怒るではありません～

♪ こどもに近づいて、こどもの顔を見て、穏やかに注意する

○ちゃん、お片づけ  
します。

上手にお片づけ  
できてるね。  
(できたらほめることも大事)



注1: 遠くから「お片づけしなさい！」は、効果があまりありません  
注2: 行動の途中でほめる、出来たらほめる、は効果があります

○ちゃん、お片づけできたね！すごいね～！

♪ 強く注意するのは、噛みつき、物を投げる等のケガの危険があるとき

大声で怒鳴っても子どもには響きません。  
短い言葉で強く叱ります。



おもちゃは投げません！

♪ 指示は具体的で、肯定的な（前向きな）短い言葉で！

よく使ってしまう、「ちゃんと」「きちんと」は、子どもにとっては分かりにくい

分かりにくい指示		分かりやすい指示
ちゃんと片付けてね！	→	おもちゃは、この箱に入れます！
ちゃんと食べないとデザートはないよ！	→	全部食べたら、デザートがあるよ！
廊下は走りません！	→	廊下は歩きます！

# ○乱暴な言動の原因を考えよう

乱暴な言動には子ども特有の心の変化や原因があるようです。  
気持ちを汲み取った対応が出来るといいですね。

## ♪ 他人と一緒に遊ぶ感覚が十分育っていない？

自分が遊んでいる最中に他人に手を出されると、邪魔されたと感じ、叩く・噛み付くといった行動に出ることがあります。



## ♪ 言葉で自分の気持ちを表現できない？

おもちゃなどを貸してと言えずに、いきなり取り上げたりすることもあります。



## ♪ 欲求不満が溜まっている？

やりたいことが上手く出来ない、注意ばかりされていると欲求不満がたまり、乱暴な行動にでることがあります。



## ♪ 周囲の関心を自分に集めようとする

弟や妹、ペットに対して親の注目が向かうことに不満を感じている場合もあります。自分に注目してもらいたくて乱暴な言動を起こすこともあります。



うまくいかない時は、こども子育てサポートセンターへ聞いてみよう！

# 〇こだわりへの対応

制止することは多くの場合無効  
かえって強くなることも

## なかなかやめれず次の行動にうつれない

♪ 呼びかけて行動を変える  
次の指示をだして行動に移す



後3回したら  
終わります

これから、公園  
に行きます



## きまった道順・手順がある

♪ あらかじめ説明し、理解させて変更

今日は信号  
を右に曲が  
ります

銀行によ  
ります

家に帰ります



スマホで行く場所の画像を見せておくのも効果的

## 負けることが嫌い

♪ 負けることにも慣れさせる  
結果より、頑張った過程をほめましょう！

勝っても負けても  
みんなで楽しむの  
がゲームです！

おうちでトランプなど  
から練習

ルール守れたね！

負けることも  
あるよ！  
まっいいか！

悔しいけど  
頑張ったね！



うまくいかない時は、こども子育てサポートセンターへ聞いてみよう！

# ○かんしゃく～かんしゃくは大事な成長過程の1つ～

「自分でする」「1人でする」、でも身体機能や言葉が未発達なため、まだ自分の思うように上手く出来なかったり、伝えたいことを上手く表現できずにかんしゃくをおこすこともあります。



1. 安全を確保し、落ち着くまでそっと見守りましょう。



頭を打ちそうな時は、クッションをしなどしましょう。



2. 共感する。一旦気持ちを受け止めましょう。

子どもの気持ちを代弁してあげる！



もっと遊びたかったね



3. かんしゃくの原因または出来事となっているものを取り除きましょう。

興味があるもの等  
注目を変える！

リラックスできる場  
所へ移動する！

好きな絵本を一緒に読もうか



うまくいかない時は、こども子育てサポートセンターへ聞いてみよう！

# ○かんしゃく（1歳6か月児あるある）

○決してあせらず、ゆっくり見守りましょう。イライラしそうになったら、深呼吸を..  
○一人で難しいところは手伝ってあげましょう。

ふ〜っ

くつを自分で上手く履けずに、にかんしゃくを起こしてしまうなどありませんか？  
靴をはく順序は、①くつにつま先を入れる⇒②かかとを入れる⇒③くつのマジックテープを留める  
ですが、まずは、③からさせてみましょう。

♪ **Step1** ③くつのマジックテープを留める



上手にできたね〜。

♪ **Point**

声をかけたり、ほめたり  
することも大切です

♪ **Step2** ②かかとを入れる  
⇒③くつのマジックテープを留める



上手に出来てるね。  
次はどうするかな？

♪ **Point**

小さいことでも「やった！自分  
で出来た！」という成功体験を  
たくさんさせることが大切です。

♪ **Step3** ①くつにつま先を入れる  
⇒②かかとを入れる  
⇒③くつのマジックテープを留める

Step2までがうまくいくようになったら、  
最後までさせてみましょう。

できた！！



# ○かんしゃく（3歳児あるある）

- 決してあせらず、ゆっくり見守りましょう。イライラしそうになったら、深呼吸を..ふ〜っ
- 一人で難しいところは手伝ってあげましょう。
- 小さくても「やった！自分で出来た！」という成功体験をたくさんさせて、ほめてあげましょう。

洋服を自分で着たがり、ボタンを上手くかけれずにかんしゃくを起こしてしまうなどありませんか？  
ボタンをかける行程を分解して、ママは見守るだけでなく、難しそうな場合は適度に手伝って、  
Step1 からさせてみましょう。

## 🎵 Step1



子どもがかけれそうなボタンを最後に一つだけかけさせる

朝の忙しいお着替えより、夜のパジャマから試したほうが良いかもしれません。

## 🎵 Step2

子どもがかけれそうなボタンを少しずつ増やし、こどもにかけさせる

## 🎵 Step3

全部のボタンをかける



ボタンがはめやすい洋服を選んでみましょう。

- ①大きなボタンの洋服
- ②ボタンとボタンホールの色が合った洋服

貸してって  
言ってごらん！

他にも、友達が使っているおもちゃを使いたくてかんしゃくを起こす場合は、やり方を見せてあげましょう。



# ○落ち着きがない

<要因>

- ・色々なことに興味深々
- ・自分の思い通りにしたい要求が強い
- ・何をしたいかわからない
- ・刺激がたくさんある環境

## ♪ 食事の時に立ち歩く

テレビは消す

おもちゃは片付ける。  
布をかけて見えないようにしたり、見えない位置に置く

足の裏を落ち着かせる

家族一緒に落ち着いて座る

〇〇ちゃん、上手に座れているね！などほめる！



やめてほしい行動に注目しすぎない  
良い行動に注目してほめること！

良い行動  
“座れた”

もっと  
したい！  
(自信・  
チャレンジ)

褒める  
“上手に  
座れてるね”  
(満足・喜び)

ほめるポイント

「〇〇ちゃん、良い子ね！」でなく、「上手に座れているね！」などその行動を褒めるのが



通園している園から言われたり、困っているなら、こども子育てサポートセンターへ聞いてみよう！

## Step1 家を出るとき



今からスーパー  
にいきます。

スーパーでの  
お約束。手を  
つなぎます。

### ★うまくいくポイント★

#### することを事前に決めておく

- ・子どもに今から何をするか、どこに行くのか伝える。
- ・事前に手をつなぐ等の約束をする
- ・買い物リストを作る  
(お菓子1個をリストに入れて最後のご褒美としても良い)

## Step2 行く途中で



スーパーでの  
お約束は何かな？

手をつなぐー！

覚えてたね。  
すごいね。

### ★うまくいくポイント★

- ・途中で何を約束したか確認する。
- ・子どもが答えられたら、褒める

## Step3 買い物中



上手に手を  
つなげてるね。  
ありがとう。

じゃがいもを  
探そう！

### ★うまくいくポイント★

- ・途中で約束を守れていたら褒める。
- ・買い物をゲームのように子どもと楽しめるようにする。

## Step4 買い物が終わって



お約束守れたね。  
すごいね。

○君が手伝ってく  
れたから、助かっ  
たありがとう。

### ★うまくいくポイント★

- ・約束を守れたことを褒めましょう。
- ・親が喜んでくれたことは、子どもにとって嬉しいことです。お手伝いしてくれたことにありがとうを！