

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5

朝に母親と別れるとき、大泣きしてパニックになるのですが、どう対応したらいいのでしょうか？



回答者：鈴木裕美

不安感が強いと母親と別れるのがつらくなります。今日何をして、いつ母親に会えるのかという見通しがつくこと、園の中に居場所ができ、安心できる先生ができること、つらさは軽減されます。子どもは親が思うより気持ちの切り替えは早く、他に関心や注意が向くとけろっと遊ぶこともあります。親ができることは、**事前に繰り返し見通しについて話し**、いつお迎えに行くのか、帰ってきたら〇〇しようと楽しみにできることを用意するなどでしょうか。そして、**帰ってきたら「よく頑張ったね」と抱きしめてあげてください**。しっかり労い、**家ではゆっくり休ませることが大事**です。そうすることで安心感が高まっていきます。

### その6

ルールを決めた後、嫌がった場合はどうすればいいですか？大騒ぎして、親が根負けすることもあるし、イライラして怒鳴ってしまうこともあります。

**ルールは子どもと一緒に決める**必要があります。ポイントは問題が起こる前、買い物に行く前、ゲームやスマホを買う前、習い事をする前などです。子どもとよく話し合ってルールを決め、守れなかった場合はどうするかも具体的に考えておきます。**ルールは子どもが納得して決めた以上、例外なく守られなければ意味がありません**。本人が嫌がるからと許してしまうと、子どもは「嫌がれば守らなくていいのだ」と学習します。ただ、時間的に無理があったり、実行が困難であるときは、微調整するのは構いません。親と話し合うことで、自分の意見を伝え、交渉し、妥協することなどを学ぶ良い機会となります。