

「子育て」のコツ

やってほしいことを 短くわかりやすく

⚡️「走らないで！」➡️「歩いてね」

長い文章は苦手です。
「こうしてほしい」と
思うことを2〜3語文で
シンプルに伝えます。
叱る言葉を
“伝えたい言葉”に
しましょう。



具体的に

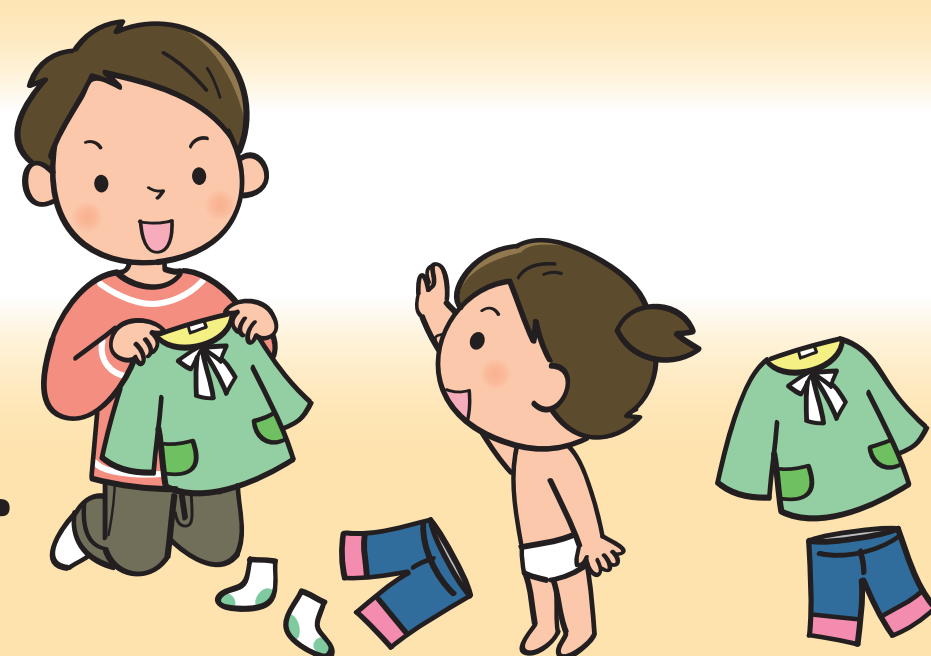
⚡️「ちゃんとしなさい」➡️「小さな声で話してね」

どう行動したらよいか
わからないのかもしれま
せん。
やってほしい具体的な
行動を伝えましょう。

主張を引き出す

⚡️「おきがえしなさい」➡️「シャツとズボン、どっちからはく？」

こどもが選んだことは必ずその通りにして
あげることが大切です。



ファンタジーを使う

⚡️「靴下をはきなさい」➡️「靴下さんが一緒におでかけしたいって」

こどもの土俵に立って話をすることで、
上手に伝えることができます。



こどもが興奮しているときは落ち着くまで時間をおく

まずはおとなが落ち着く。

おとなの声の
ボリュームを
落とす。

こどもを落ち着かす。

「待ってるから
落ち着いたらおいで」
「泣き止んだら、
グーしようね」

しばらく
待ってみる。

