

# イヤイヤ期 ~対応のポイント~



1歳半を過ぎると、なんでも「イヤー!」「自分で!」とだだをこねて大人を困らせることが増えてくるかもしれません。しかし、これは自己主張の1つで、発達のステップとして大切なことです。

~まずは、発達のステップを理解しよう~

## 1歳半~3歳前後の子どもの姿

★個人差もありますが、2歳前後になると、「ワンワンきた」「○○ちょうだい」など二語文が出て自分の要求を表現できるようになります。しかし、「待つ」「がまん」は難しく、自分が最優先です。相手の気持ちを推し量ることはできません。



★2歳を過ぎる頃には、覚えた言葉を使って、大人の反応を見たり、言葉遊びとして楽しんだりすることがあります。自分の気持ちを言葉で表現することができないため、「イヤ」で訴えます。また、できないことをやりたがり、人の反応を見たくて嫌がることをわざとすることもあります。

★3歳になると、「○○するまで待ってね」ということが理解できるようになり、「イヤ」という場面が少なくなってきます。順番が待てるようになり、集団生活をする準備ができます。時間の感覚を理解できるのは4歳過ぎです。



# ★イヤイヤ期への対応のポイント★

## ● 環境を整えましょう ●

危険なものは子どもの目に触れないようにしまっておきます。  
必要以上に「ダメ」と言わないで済む安全な環境を作りましょう。



## ● 子どもの気持ちを受け止めます ●

「いやだったね」「悔しかったね」など子どもの気持ちを代弁しましょう。  
叱るだけでは子どもは不安になることがあります。  
大人に気持ちを受け止めてもらった経験は安心感につながります。



## ● 危険なことは止めましょう ●

危険なときは子どもの動きを止めます。  
物を投げたりしたときは、「投げてはダメだよ」と手を握って止めます。  
どこからダメなのか伝えることが大事になる時期です。



## かんしゃくが激しいときは…



- 抱っこしたり、背中をなでたりして子どもの気持ちを落ち着かせます。場所を変えてみても良いでしょう。目の届く範囲で少し離れて、落ち着くまで待っていても良いです。
- 無理な要求は取り合わないなど、一貫した対応も大切です。
- わかりやすい選択肢を与えるのも良いでしょう。

赤い靴下と  
青い靴下、  
どっちがいいかな



## どうしても大人がイライラしてしまうときには…

- かんしゃくを起こされて大人の感情が爆発しそうになったら、深呼吸したり、隣の部屋に一時避難して、怒りを鎮める工夫をしましょう。クールダウンも必要です。
- 困ったときには自分の気持ちを話したり、相談したりすることも大切です。



ちょっとしたことでも  
お気軽にご相談ください

横浜市旭福祉保健センター 子ども・家庭支援相談  
電話 045-954-6160

時間：月～金（祝日・年末年始除く） 8:45～17:00



旭区マスコットキャラクター  
あさひくん