

かんしゃく 子どもの癇癢と怒り

育ちの森 子ども支援室「めっく」

☆ どうして子どもは激しく怒り、癇癢を起こすの？

- ◎ 体が自然と反応する。
- ◎ 言葉で自分の気持ちを伝えられない。
- ◎ 適切な行動を知らず、どうしたらよいのか分からない。
- ◎ 間違った行動(癇癢)を学習している。
- ◎ 子どもの年齢が高くなると怒りや癇癢を交渉に使うことがある。

☆ 怒りや癇癢が起きた時の行動の流れは？

A どんな状況でおこった？

B どんな行動をした？

C 行動の後どうなった？

事例で考えよう 幼稚園児。テレビが大好き。

A ご飯の時テレビを消された(原因)

子どもにとって困ったことがあった



B 泣いて怒った(手段)

困ったことを取り除く方法として怒りや癇癢を起した



C ご飯を食べながらテレビを見ることができた(目的の達成)

子どもの目的は達成された



どうすればいいの？

これって

誤学習です。

機嫌は直ったけど、
テレビを見ないと
ご飯を食べない

◇ 親子で一緒にルールをつくる。大人の気分や都合でルールを変更しないことが大切

- 見通しが持てるような具体的な内容にする。
- 大人の押し付けでなく、子どもの要求も取り入れる。
- 否定形のルールを作らない。
- 罰則ではなく、ルールを守ったら、ごほうびがもらえるという視点でルール作りをする。



◇ 癇癢がおさまるまで徹底的に待つ

- 一緒に作ったルールを確認し、ルールに沿った行動をするように促す。
- 子どもの癇癢に巻き込まれず、**冷静**に声かけをする。(感情的に対応しない。)

<困っているのは子ども？それとも大人？>

- ◆ 子どもが癩癪や怒りなどの行動をとると、大人は「困った子」と捉えがちです。しかし、子どもが「困った行動」をとるのは、子ども自身が「困っている状態」であると捉えることが必要です。
- ◆ 怒りそのものは必ずしも悪い感情ではなく、怒りを親に出せることはいいことです。怒りはいつか収まるものと思って、今は子どもが困っているのだと理解しましょう。

例えばこんな場面

小学校低学年。母に「片づけなさい」「ご飯食べなさい」と言われると「うるさい」「こっちに来ないで」などと言って、蹴ったり、叩いたりして怒る。

どうしてそのような行動をするのか推測し、対応しましょう。

- ① 怒り以外の表現方法が分からず、行動に出てしまっているのかも!!
 - 怒って蹴ったり叩いたりする気持ちを代弁し、癩癪ではない別の伝え方を教える。
 - 適切な対応が取れたら褒める。
- ② 大人の伝えたことがあいまい過ぎて本人に伝わっていないのかも!!
 - あいまいな表現は避け、具体的に、端的に、伝える。
 - 見通しをつけて伝える。
「ご飯を食べて、その後、お風呂に入ったら、寝る時間までは好きなことができるよ」
- ③ 本人が今やろうと思っていたタイミングで大人が声を掛けているのかも!!
 - 本人の様子を見ながら、いろいろなタイミングで声を掛け、好ましい行動がとれたら認める。
- ④ 大人の反応が楽しいのかも!!
 - 子どもの行動には相手をしない。その場を離れる。違う場で関わる。
 - しばらくして落ち着いたら声を掛け、別の事に誘ってみる。



子どもの怒りには必ず理由があります。怒りの理由は本人も理解できていないかもしれませんが、子ども自身がつらい状況であることは間違いありません。子どもの発達や特徴を踏まえ、子どもに寄り添っていききたいですね。

同時に子どもの怒りに対面していると、大人も様々な負の感情が芽生えてきて、つらい状況になることがあるのも事実です。それらの感情を認めて癒していく方法を見つけましょう。