

幼児期子育ての教科書

子育てが楽しくなる考え方、子どもが伸びるしつけの仕方、問題行動改善法、手遊びや絵本の効果的な取り入れ方、一生付き合える最高のママ友作り方…などを解説！



0歳から6歳までの子どもがいるママ向け

幼稚園教諭時代の7年間で約2000組の親子をサポートしてわかった子育てのヒントを公開

幼児期の子育てアドバイザー

かがりいさ

【推奨環境】

このレポート上に書かれているURLはクリックできます。できない場合は最新のAdobeReader をダウンロードしてください。(無料)

<http://get.adobe.com/jp/reader/>

【著作権について】

このレポートは著作権法で保護されている著作物です。

下記の点にご注意戴きご利用下さい。

このレポートの著作権は株式会社Adventure Lifeに属します。

著作権者の許可なく、このレポートの全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

このレポートの開封をもって下記の事項に同意したものとみなします。

このレポートは秘匿性が高いものであるため、著作権者の許可なく、この商材の全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

著作権等違反の行為を行った時、その他不法行為に該当する行為を行った時は、関係法規に基づき損害賠償請求を行う等、民事・刑事を問わず法的手段による解決を行う場合があります。

このレポートに書かれた情報は、作成時点での著者の見解等です。著者は事前許可を得ずに誤りの訂正、情報の最新化、見解の変更等を行う権利を有します。

このレポートの作成には万全を期しておりますが、万一誤り、不正確な情報等がありましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

このレポートを利用することにより生じたいかなる結果につきましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

目次

5章. 子どもに上手に身につけさせたいしつけ

1. しつけとは？

2. 体罰としつけの違い

3. 叱ると怒るの違い

4. 甘やかすと甘えさせるの違い

5. 脅ししつけは逆効果になる

6. 子どもの生活習慣は親次第で変わる

7. 食事のマナーは小さなうちから少しずつ教える

8. 挨拶はまずは親が率先してやること

9. トイレトレーニングは環境作りが大切

5章. 子どもに上手に身につけさせたいしつけ

1. しつけとは？

しつけというのは、習慣づけたいこと・身につけさせたいことを教えていくということです。

社会に出たときに困らないように、また周りの人たちとうまくやっていけるように、常識的なことを身につけられるようにするというものでもあります。



親の言いなりで動けるようにすること、

親の押し付けなどではありません。

また、しつけというのは、すぐに表れるものではありません。

大人も習慣化するまでには時間がかかりますよね。

子どもも同じです。

何回も言っているうちに自然と身についてくるものです。

早く身につけさせようとするあまり、

焦らせたり、子どもに叱ったりしてしまうのではなく、

気長に見守ってあげましょう。

また、しつけというのは、

家庭によって違いますので、正解がありません。

例えば、食事中の会話ですが、話しながら食べないように

しているという家庭もあれば、話しながら

楽しく食べたほうが良いと、食事中の会話を大切にしている

という家庭もあります。

なので、それぞれの家庭で違って当然なのです。

ただ、いつもしているしつけについて、

きちんと理由がありますか？

なぜそのしつけをしなければならないか？

どうしてそれが良くないのか？だめなのか・・・。

そのしつけについて考えたときに、

“自分が子どものとき親からこうしつけられたから。”

これでは正確な理由ではありません。



子どもにとっても、正確な理由を理解できていなければ、

何でこんなことしなければならないの・・・と

ただやらされているという気持ちが

強くなってしまうのです。

させられているという感覚を持ってしまうと

“なんでしなければならぬんだろう・・・”という

疑問ばかり抱いてしまい、なかなか身についていきません。

なぜそれがいけないのか、なぜそうしなければならぬのか
ということ、子どもにもわかりやすく

伝えてあげるようにしましょう。

子どもがその理由を理解し、納得をしていけば、

スムーズに身についていくようになりますよ！

2. 体罰としつけの違い

体罰は体を叩いたり蹴ったりして、子どもを

怯えさせて言うことを聞かせる。

それに比べて、しつけは身につけさせたいことを口で伝え、

教えていくことです。

よく、子どもをしつける上で、手をあげたりしている大人たちもいますが、もちろんいけないことであれば叱ったりしなければなりません、手を出したところで何も変わりません。

それよりか、手を出すことによって、子どもは恐怖心を抱き、怯えるようになってしまいます。



言いたいことがあっても、本当の気持ちや感情すら出せないようになってしまつて我慢することが増え、それによるストレスまで抱えるようになってしまいます。

また、「ボク（わたし）はお父さんお母さんから
愛されていないんだ・必要ない人間なんだ」と
思うようになり、自己肯定感が低く自分のことを大切にできない、
自分の必要性が感じられない子どもに育ってしまいます。

そのような環境で育った子というのが、
自分を見てほしいという気持ちから、大きくなったときに
非行や犯罪に走ったり、平気で自殺などをしてしまう子に
育ってしまうのです。

また、そのようなことを体罰を受けて育った子というのは、

平気で人に対して手をあげるようになりたり、

攻撃的な行動が多くするようになります。

それって子どもにとってプラスになっているのでしょうか？

むしろマイナスになってしまっていますよね。

子どもを怯えさせて言うことを聞かせる。

これは間違った教育です。

子どもは口で伝えればきちんとわかります。

年齢が低いとすぐには理解できない場合もありますが、

これは脳の発達がまだ未熟なため仕方のないことなのです。



大人を困らせたりイライラさせたりしようと思って、

わざとわかっていないふりをしているのではありません。

そもそもしつけというのは、1・2歳の小さな子どもだけでなく、

5歳の子どもでも**身につくまでには時間がかかるもの**です。

根気よく伝えてあげればそのうち自然と身についているもの

でもありますので、手をあげたり蹴ったりなど、
体罰で子どもをしつけるのは絶対にやめてくださいね。

3. 叱ると怒るの違い

叱るは間違ったことを子どもに教えるしつけです。

それに対し、怒るというのは、自分の感情で
子どもをコントロールするということです。

道路で飛び出そうとしたから「危ないでしょ！」と強く言った

⇒これは叱るです。

きちんと悪いことは子どもに伝える必要があります。

ですが、

子どものおもちゃに足をひっかけて転びそうになった時に

子どもに対してイライラしてしまって、

「危ないでしょ！」と強く言った

⇒これが**怒る**です。

特に子どもには非がないのに、自分がイラっとしたために
子どもに当たってしまう場合ですね。

どんなことでもですが、感情的に怒れば、一時的には
その言動が改善されます。



ですが根本的に理解できていなければ、
子どもは今後も同じことを繰り返すので、
その行動が改善されていくことはありません。

叱ってもなぜいけないかという一番大切な部分が

子どもに伝わっていなければ、子どもは何度でも
同じことを繰り返しますし、叱っても意味がありません。
大人が疲れてしまうだけです。

そして、子どもに伝わっていなければ、
大人は叱ったつもりでいても、
それは怒るという行為と全く同じになってしまうのです。

感情的に怒るのではなく、冷静に伝え
子どもがきちんと理由を理解・納得できれば、
その言動は改まっていきます。

4. 甘やかすと甘えさせるの違い

甘えさせるのは大切だというけれど、
甘えさせてそれが甘やかしにならないか・・・と

甘えさせると甘やかすの違いについて

イマイチ理解できていない方もいるのではないのでしょうか？

似ていますが、これらは**全く別のこと**です。

この違いがきちんと理解できていないと、

甘えさせていたつもりが、甘やかしになってしまう

ということにも繋がります。



甘やかすというのは、子どもができることでも

手助けをしたり何でもかんでも大人がやってしまうこと。

これは、子どものできる部分まで大人がやってしまうことで、

無限に秘めている可能性をダメにしてしまうことにも

繋がってしまいます。

それに比べて甘えさせるという行為は、

子どもの情緒的な要求を受け入れてあげること。

子どもの気持ちを満たしてあげるという行為です。

甘えを受け入れてもらって育った子というのは、

自分は大切にされている・必要とされているという

自己肯定感が高まり安心感を覚えます。

また、その安心感があることによって、自信が出て

何かに挑戦してみようという意欲にも繋がっていくのです。

子どもが**心身ともに健全な状態で育っていくための基盤**

でもあるのです。

そして、このようにしっかりと甘えを受け入れてもらって育った子というのは、自立できる大人へと育っていきます。

5. 脅ししつけは逆効果になる

よく、悪いことをしたときや、寝ないとき、全然泣き止まないときに、ホラーや鬼の怖い動画を見せたり、
「鬼がくるよ！」などと脅すような大人たちもいます。

子どもも脅されれば恐怖から頑張って泣き止もうとします。寝ようと必死で頑張ります。良くない行動もおさめます。

しかし、泣く・寝ない・良くない行動などを含め

子どもの行動というのは、全てに何らかの理由があります。

お母さんを困らせたいからといって、ずっと泣いていたり

わざと起きていたり、良くない行動をするのではありません。



自分の気持ちや思いが認めてもらえなくて悔しくて泣いている。

怖いことがあったから、嫌なことがあったから

なかなか寝付けない。

お母さんに見てほしいから良くない行動をする。

(嘘をつく、物を隠す等・・・)

その子なりに何か原因があって起こっている行動なのに、

それを脅して泣き止ませようとする。

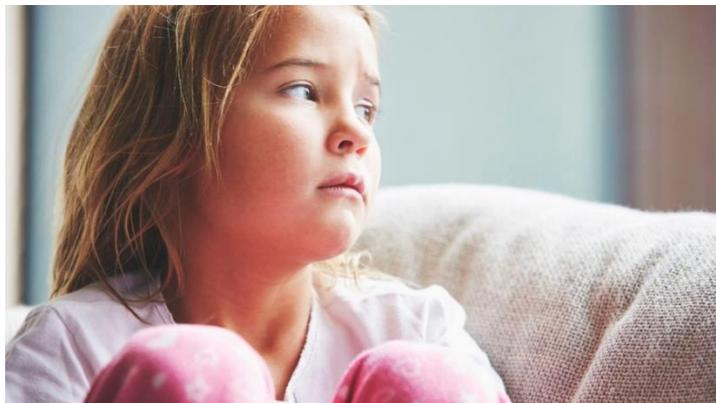
脅して無理矢理行動を抑制・改善しようとする。

それってどうなのでしょう？

一秒でも早く泣き止んでくれたら静かになるし、
早く寝てくれればお母さんの自由な時間も増える。
行動が改善されていけば楽。
このように思う気持ちもわかります。

ただ、それって逆を言えば、**全て大人の都合で**
子どもを動かしているということですよね？

このような対応をしていると、子どもは
寂しい気持ち・甘えたい気持ち・辛い気持ちなどがあっても、
自分の気持ちや感情を抑えてしまうようになってしまいます。



そして、鬼が来るから早く寝ないと・・・と
恐怖から寝ることを怖がってしまったり、

夜泣きをするようになってしまう場合もあります。

また、夜中に何度も起きてしまったりして

ゆっくり寝ることが出来ず疲れも溜まってしまいます。

それがトラウマになってしまって、寝ることが

嫌になってしまったり、不安な気持ちを

持ち続けてしまうことになります。

また、子どもが“早く寝るのは、鬼が来るため”と

よくわからない理由を覚え成長してしまいます。

これでは、子どものためにもなりません。

このような場合は、まずは子どもの気持ちを受け止めてあげること。

「〇〇が悲しかったんだね・・・」

「〇〇が怖かったよね・・・」と共感してあげるだけで

子どもは大きな安心感を抱きます。

泣いている場合であれば、気持ちを受け止めて

抱きしめたりしてあげるだけで子どもはうんと落ち着きます。

なかなか寝られない場合であれば、

何故はやく寝なければならないのか？という

本当の理由を伝えてあげるようにしましょう。

「明日元気に遊べなくなっちゃうから早く寝ようね」とか

「早く寝ないと明日元気のパワーがなくなっちゃうよ」とか、

子どもにわかりやすいメリット・デメリットを伝えて、

子どもが早く寝たくなるような働きかけが大切です。



また、自然に眠りにつけるようなリラックスできる音楽を

かけたり、絵本を読んであげるなどすることで、
子どもは安心して自然に寝ていく場合もあります。

あとは、お昼寝を多くとってしまったり疲れていないと、
なかなか夜寝られないので、日中はなるべく
外で遊んだりしっかりと体を動かし、
お昼寝をしないようにして、夜ぐっすり寝られるように
大人がコントロールしてあげることも大切です。

また、良くない行動というのは、脅すことで
一時的には改善されますが、なぜいけないかという

根本的な理由がわかっていなければ、

その行動自体は改善されていきません。

そのため、お母さんに見つからなければ良いと、
隠れてするようにもなったりしてしまいます。

早く泣き止ませたい・寝かせたい・行動を改善したいあまり、
子どもを脅すのではなく、きちんと子どもに向き合って、
子どもの気持ちを受け止めたうえで、正しく対応していきましょう。

6. 子どもの生活習慣は親次第で変わる

子どもが毎日元気よく過ごすためには、
整った生活リズムがとても大切です。

しかし子どもというのは、自分で夜は9時に寝て、
朝は7時には起きる・・・などという

自分の生活リズムをコントロールすることは難しいです。

●大人が子どもの生活習慣をコントロールしてあげる

そのため、親がきちんとコントロールしてあげなければ

子どもの生活習慣というのは、乱れてしまいます。

子どもは大人が起きていたり、

お部屋が明るいとまだ遊べるのかと誤ってしまいます。

なので、**子どもが生活リズムを整えていけるような環境を
大人が作ってあげることが大切**です。



● 毎日寝る前の流れをルーティン化させる

就寝時間を決めて、毎日決まった時間に布団に行き、

電気を消して添い寝をする。

毎日決まった時間に寝る部屋へ行き、絵本を読む。

など、このように毎日のルーティンがあると

子どもはこの時間が来たら寝る時間だ・・・

というように自然と決まった就寝時間が

身についていくようになります。

しかしこれが、毎日寝る時間もバラバラ、

夜の11時・12時までおもちゃで遊んでいる・・・

このような生活を続けていると、

疲れが取れず朝も起きられなくなってしまいますし、

情緒が不安定にもなりやすいです。

また、子どもの成長も妨げてしまいます。

子どもが心身健康な状態で育っていくためにも、

毎日決まった時間に布団に入り眠りについていけるよう、

夜寝る前の流れをルーティン化させるということが大切です。

親次第で子どもの生活リズムは 180 度変わってしまいますよ。

7. 食事のマナーは小さなうちから少しずつ教える

食事マナーだけではありませんが、子どもというのは、

教えられる時期が早ければ早いほど身につくのも早いです。



なので、食事マナーも、小さいうちから

根気よく教えていくということはとても大切になります。

● 1・2歳は食事が楽しいと思うことが1番

ただ、1歳や2歳というのは、まだ箸の持ち方などは難しいと思います。

なので、1・2歳であれば、まずは食事前後の「いただきます」「ごちそうさま」のような挨拶などの簡単なマナーから教えていくようにしましょう。

ただ、まだ1・2歳というと、どうしても言葉が未発達な状態なので、「いただきます」や「ごちそうさま」が言えないのであれば、手を合わせるだけでも十分です。

また、自分でご飯を食べるようになってこれば、スプーンやフォークの持ち方を少しずつ教えていくようにしましょう。

1・2歳というのは、きっちり食事マナーを

身につけさせることが大切というわけではないので、

子どもができるようになるまで、厳しくしつめたり、

お母さんの顔が怖くなってしまおうようでは

本来の目的から外れてしまうので、よくありません。

1・2歳は食事マナーよりも、まずは楽しく食事が
できること。それだけで十分ですよ (*^_^*)



● 3歳は基本的なマナーを教える

3歳頃になると、次第にできることも増えてきますので、
手で食べないことや座って食べる、などの

基本的なマナーを教えていくようにしましょう。

それが普通にできてしまうようであれば、

4歳で教える少し難しいマナーだったり、

お腹をくっつけて食べることなどの

食事中の姿勢などについても教えてあげるようにしましょう。

● 4歳は少し難しいマナーも教える

4歳であれば、肘をついて食べないことや

箸の持ち方、口をつむって食べる、などの**少し難しい**

マナーも一緒に教えてあげられると良いですね。

一気に教えると、子どももパニックになってしまうので、

子どものペースで、少しずつ教えていくようにしましょう。

※これはあくまで目安ですので、その子の発達のスปีドに合わせたものを教えていくようにしましょう。

● 箸の持ち方

エジソンなどの矯正箸を使って練習すると、正しい箸の持ち方が身につくのも早いです。

個人差もありますが、半年～1年ほど経てば殆ど身につけていることが多いです。



<<箸の持ち方の身に付け方のステップ>>

1. 矯正橋で手の形や指の位置を覚える。
2. しっかりと覚えたら、今度は普通の箸に指を置く場所にテープやシールを貼り印をつけます。
3. 慣れてきたらシールを取って完成。

箸の持ち方も、まずは親が正しく持てているかどうかがポイントになります。

子どもは、パパやママのことが大好きですし、大人のようになりたいという思いからあえて大人の真似をしたりする子も多いです。

私も小さいころから母のことが昔から大好きだったのですが、そんな母は箸の持ち方が下手でした。(笑)でも大好きな母と全く一緒が良かったので、いろいろなことを真似していました。

その結果、わたしも昔から箸の持ち方が悪く、
大人になってから自分で直しました。。(笑)

今まで身につけていたことを大人になってから直す

ということは、かなり大変だったので、

小さいうちから正しい持ち方を覚えていくということは
とても大切だと痛感しました。

●口を開けて食べる・肘をついて食べる

これは根気よく言い続けていくしかありません。

大人もそうですが、習慣づいてしまっていると

どうしても治していくのも時間がかかってしまいます。

まずは、ご飯の前に「口をつむって食べようね」

「肘をつかずに食べようね」と伝える。



そして、それでも食事中に口を開けて食べてしまっていたり、
肘をついて食べてしまっているような場合であれば、

**食事中にも「肘ついているよ!」「口空いているよ!」と
伝えて意識させてあげましょう。**

無意識でやってしまっていることが**殆ど**だと思うので、
伝えてあげることで、意識できるようになりますよ!

すぐには治りませんが、伝え続けていくことで
自然に治っていく場合が殆どです。

●**まずは大人ができているか確認してみる**こと

箸の持ち方が悪かったり、肘をついて食べること、

また、口を開けて食べたりすることというのは

大人ができていない場合もよくあります。

どんなに小さなことでも、子どもはとてもよく見ていて、

大人のことは全て正しいと思うのが子どもです。

大人の間違った姿が子どもにまで身に着いてしまいます。

子どもができていないのであれば、**まずは大人が**

できているか再確認しましょう。

子どもが正しく身に着けていくことができるように

するためにも、大人が正しい姿を子どもに見せる

ということがとても大切です。

大人ができていないことは、それを直すだけで

子どもは正しい形で身に着けていくことができるようになりますよ！



また、どの年齢も、**“食べるのが楽しい”**と**思えることが一番**です。

しつけが厳しすぎるあまり、子どもが食事を嫌になってしまわないように気をつけましょう。

8. 挨拶はまずは親が率先してやること

挨拶ができない子どもの原因には、
年齢の問題、引っ込み思案、恥ずかしがりや、

口数の少ない子などの性格的な問題、

挨拶が習慣づいていないなど、

いろいろな原因が考えられます。

● **言葉が未発達の場合でも大人がお手本を見せていく**

言葉がまだうまく出ずに挨拶ができないのであれば、

それは仕方のないことです。

ですが、子どもと一緒に出かけているときに

誰かに会った、誰かに何かをもらったなどの時に

大人が率先して挨拶をしていくことが大切です。

子どもは親の背中を見て育つため、

親がしていることは自然と身についていくので、

子どもが大きくなったときに、

自然と自分から挨拶ができる子に育っていきますよ！

また、よく子どもに「挨拶をなさい！」と
言っている大人も見かけますが、そのようなことを言っている
大人こそ挨拶ができていないということもよくあります。



大人がしていないことというのは、子どもは
“しなくていいもの・する必要がないもの”と
捉えてしまいます。

必要ないものだと思っていればもちろん、
どれだけこちらが促しても、子どもはできるようにはなりません。

なので、まずは大人が、人に会った時、
何かをしてもらったときなどに
挨拶をするということを徹底しましょう。

● **引っ込み思案や恥ずかしがりやの場合は無理にさせない**

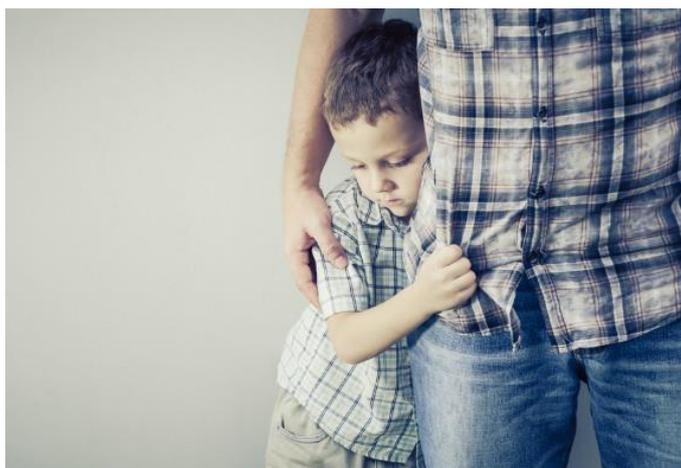
もともと恥ずかしがりやだったり、引っ込み思案の子だと
口数が少なかったり、人と会うことが苦手な子もいます。

特に、初めて会った人だとなかなか
自分から挨拶ができなかったり、話しかけても
黙ってしまう子もいます。

これは、子どもの性格の問題でもありますので、

仕方のないことでもありますし、
決して悪いことではありません。

そのような子に対して、「何で挨拶しないの！」
「何で無視するの！」と言ってしまう大人たちも
いますが、そのように言ってしまうと、
子どもはプレッシャーやストレスを感じてしまいます。



そうすると、人と会うことだったり、
人と話すことがより苦手になってしまうこともあります。

ただ、挨拶をして無視をされたら、
相手としては、嫌な気持ちになってしまいますので、
相手の気持ちを伝えながら、「もし恥ずかしくて
挨拶ができなくても、頭だけは下げようね」
というように、消極的な子でも
無理なくできる挨拶の仕方を教えてあげられるといいですね。

●お家で日常的に出る挨拶を習慣づける

友達や近所の人には使わないけれど、
普段から家の中でも日常的に出る挨拶
（「おやすみ」「ってきます」）などが
きちんとできている子というのは、
“挨拶をするということ”自体がもう身についているので、
近所の人や友達に対しての挨拶も自然とできます。

なので、**まずは家で日常的に出る挨拶を
習慣づけるということが大切**になります。

そのためにも、まずは大人がお家の中でもきちんと
挨拶を率先して行うようにしましょう。

とにかく**子どもにしてほしいこと、**
身に着けてほしいことは、大人が率先して行い
見本を見せていくということが大切ですね。

9. トイレトレーニングは環境作りが大切

おむつが取れないと悩んでいる方も多いです。



特に2～3歳頃になると、入園を控えている方も多いですね。

園によってはおむつが取れていないことで入園を断られてしまうこともあるため、何としてでもおむつを取らなきゃと焦ってしまったり、また、入園してもおむつが取れていないとお母さん自身が恥をかくのが嫌で、子どもに焦らせてしまう場合もあります。

でも、焦ったところで子どもは急におむつが取れるようになることはないので、**1歳頃から**

しつけ絵本を読んだり、おしっこはトイレですという

概念を身につけさせていくことも大切なことです。

● トイレが子どもにとって怖い場所になっていないか

トイレを嫌がったりトイレでおしっこができないのは、子どもにとって、**何らかの原因でトイレが**
“行きたくない場所”になっていることが多いです。

子どもがトイレを怖がっている場合、その怖がっている原因、行きたくない原因を解消しない限り、子どもはトイレでおしっこもうんちもできなくなってしまう。

トイレはお部屋に比べたら、狭い空間で照明も若干暗め。

そんなおうちがほとんどだと思うので、

それが怖くていきたくなくなっている原因に

なっている子もいるでしょう。



そんな時は、

例えば照明を明るくしたり、マットに使う色などを

明るめな色にしたりすることで、トイレの雰囲気も

うんと明るくなります。

あとは、トイレが狭くて密室だから怖がっているという

場合であれば、ドアを開けて入っていいと

いうことを伝えてあげるなど・・・

子どもが安心してトイレに行けるような環境を

作ってあげるだけで、スムーズにトイレに行くことができるようになる子もいますよ。

● 踏み台などを置く

子どもがトイレを怖がる理由として、

暗さや狭さなどの他にも、

“便器の中に落ちそうでこわい”とか、

“足が地面につかず不安”

“うまく1人で座れない”ということが原因で、

トイレに行けない子もよくいます。

そんな時に、踏み台などを置いてあげることで、

自分で便座に座ることができて、

また足が地面につきますので、安心できますし、

うんちのときなども踏ん張ることができます。



踏み台を置いただけで、子どもがトイレに行けるようになったとか、怖がることがなくなって自分で便器に座れるようになったという子どもたくさんいます。

今、踏み台がなくて、トイレに行けていないのであれば、是非一度踏み台を使ってみてくださいね。

●楽しみをうまく利用する

買い物の前や遊びに行くときの前、

おやつの前など、“楽しみ”をうまく利用して

「おトイレに行ったらおやつ食べようね」とか、

「おばあちゃんのお家に行くからおトイレしようね」

というような感じで、うまく**楽しみを使って**

トイレに誘うのも効果的です！

子どもは結構楽しみにつられやすいですので、

これによってトイレに行く子もいます・・・(笑)

●子どもにとって行きたくなるような環境を作る

子どもがトイレに行くようにするためには、

トイレを楽しい場所・行きたいと思うような

場所にすることも大切なことです！

例えば、トイレを可愛く飾ったりだとか、あとは

トイレに子どもの好きなキャラクターの人形を
置いておくのも効果的です！



また、子どもというのは、お人形などは
自分と同じように命があって生きているものだと
思っているので、大好きなお友達のように、
お人形のしていることを真似しようとする子ども多いです。

キャラクターを使って、普段から
「〇〇おしっこをしたくなってきたみたいだからおトイレいくね」
といて、トイレに行く真似をすると、
“おしっこをしたくなったら〇〇ちゃんもトイレに行くんだ！”
と大好きなキャラクターの真似をして、
行ってくれるようになる場合もあります。

好きなキャラクターを使ったりすることも

なかなかおすすめですよ！

●**がんばり表もおすすめ**

頑張ってトイレに行くことができたら、たくさん褒めてあげるようにしましょう！

また、**がんばり表などもおすすめ**です！

トイレにすらまだ怖くて行けないのであれば、
トイレに行くという項目を作り、
頑張ってトイレに行けたらシールを貼る。

また、もし、便座に座れないのであれば、
便座に座るといった項目を作って

便座に座れたらシールを貼る。

といったように、その子に合わせた項目を作ってあげて、

それが達成出来たらシールを貼っていくという

がんばり表もおすすめです！



子どもも、シールの数が増えていくことが嬉しく、

シールの数をもっと増やしたいという気持ちから、

やる気にも繋がりますよ！

これは幼稚園教諭時代にも、なわとびや鉄棒などでも

やっていたかなり子どもたちもやる気になっていたので、

おすすめです！！！！

●うんちは子どもは見慣れていないもの

おしっこはトイレでできても、うんちが
なかなかできないという子どももよくいます。
子どもは、赤ちゃんの時からうんちをします。

しかしおむつでしているときは、寝かされて
大人がうんちを処理するので、**自分の目で**
うんちをみることって殆どないんですよね。

なので、自分のお尻からうんちが
出るということに気づいたときというのは、
結構子どもにとっては衝撃のようです。

うんちが**自分のお尻から出てくるということを知ると**
怖がってできない場合があります。

●絵本を見て慣れさせておく

うんちがなかなかできない子どものために、
最近ではしつけ絵本なども出ています。

普段からそのような絵本を見ていると、
うんちというものにそこまで抵抗を感じることなく、
また、絵本の中で出てきた動物や人の真似が
したくなって頑張ってみようとしたりする子もいます。



また、ママやパパがうんちに行くときに、
「うんち行ってくるね」と伝えてあげるだけで、
“ママだってパパだってみんなうんちするんだ。”
ということがわかれば、より安心感を感じられるようになって、

次第にうちに対する抵抗や恐怖心もなくなってくると思います。

●褒めてやる気に繋げる

自分でできた！という結果が一番の自信に繋がりますが、

さらにできたことに対して、認めて、

褒めてあげることで、子どもは大きな喜びとなり

より自信へと繋がります。

さらには、“もっと褒めてもらいたい！”という気持ちから、

大きなやる気へと変わっていきますよ。