

子どもにガマンさせるには、 どうしたらいいの？



クリスマスやお正月は、子どもにおねだりされる機会が増える時期でもあります。「子どもが新しいおもちゃを欲しがって困る!」というお悩みを解決するため、今回は“上手にガマンさせるコツ”を徳田先生に教えてもらいました。

**ガマンできたときは、
うんとほめてあげましょう。**

大切にしてほしいのは、何かをガマンできたら、きちんとほめてあげることです。

よくあるケースでいうと、欲しいおもちゃを少しの間、待つことができるとき。お父さん・お母さんがほめてあげることで、子どもは「ガマンできた自分」に自信を持つことができます。さらに、他の「ガマン」にもチャレンジしようという意欲が高まります。

ただし、3歳頃までは、まだガマンの練習段階です。それは、ガマンできたことよりも「欲しいものが手に入らなかった」というマイナスの感情の方がよく残ってしまうためです。ですので、ガマンできたら、カレンダーにシールを貼るなどして、子どもの「頑張り」を見える化してあげるのもおすすめです。シールが励みとなって、ガマンしたり、待つことができるようになることもあります。

7歳前後になると自分がある程度までコントロールできるようになります。次のステップとして、ガマンする期間を「誕生日まで」「来年まで」というように期間を決めてみましょう。そして、目標を達成できたときには、うんとほめてあげるようにしてください。ガマンを積み重ねることで、自分をコントロールする力、耐える力が身につくはずですよ。



徳田先生監修“子育て・育児支援サイト”もチェック!

子育てに役立つ情報が盛りだくさん。
パソコンやスマートフォンで気軽にご覧いただけます。

徳田先生の
Q&Aコーナーや
掲示板も!

パソコン・スマホでアクセス!!

<http://kidshug.jp>



徳田克己 先生

筑波大学医学医療系教授、教育学博士、臨床心理士。専門は子ども支援学、子育て支援学、気になる子どもの保育。アジア子ども支援学会会長、イオン1パーセントクラブ理事、『筑波大学発ベンチャー子ども支援研究所』の所長として、幼稚園や保育園の先生たちのコンサルタントとしても活躍。年間100件以上の講演を各地でおこない、育児に悩む方からの相談に応じている。著書に『親を感わず専門家の言葉』、『お母さんがうなずいた数だけ子どもは伸びる』、『育児の教科書「クレヨンしんちゃん」』など。