



JAP.A&amp;S.2013

# 子供の年齢と発達

## 発育・発達に伴う行動の変化

子供はみるみる変わっていきます。特に、0歳児から5歳児までの変化には目を見張るものがあります。

子供の成長には数々の節目があり、そこへ達するスピードは子供によって異なります。しかし、どの子も同じ過程を経ていくのです。

子供の発育・発達段階について理解を深めると、大人がいたずらと勘違いすることも、実は成長の一過程であることがわかります。

次の目安を念頭に接し方を考えてみましょう。子供の性格はみな違う。成長の節目に達するスピードも子供によってさまざま。子供の周囲で起こっていることを確認してから対応する。

子供に手を焼いているなら、子供のいる知り合いやあなた自身の親の経験をたずねてみましょう。良いアイデアが得られるかもしれません。

障害を持つ子供の場合、それぞれの節目になかなか到着しなかったり、新しいことを学ぶのに時間がかかったりします。

それでもきまりや規則は必要です。また、学ぶ機会をたくさん与えましょう。

障害児への特別支援に関しては、かかりつけの医師あるいは小児科専門医に相談してみましょう。

# 0ヶ月～18ヶ月

赤ちゃんが泣くのは、何かを必要としている時です。

新生児の頃は、夜泣きで夜間に目を覚ます子もいるでしょう。

子育てで疲れきっている親にとってはつらい時期ですが、これも成長過程の一つであり、そのうち収まります。

赤ちゃんは五感（視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚）を使って周囲のことを学びます。

赤ちゃんには、なかなか泣き止まず、ぐずってばかりいる時期があります。

これらは生後8週、20週、32週、44週によく見られます。

「子供が親を求める時期は、子供の人生の中でほんのわずかだと考えてみる」

次のことを心がけましょう。

- できるだけかまうようにする。愛情を注ぐことは甘やかしにならない。
- 泣き出したら様子確かめる。ただし、寝入る直前に必ず泣く赤ちゃんの場合は、しばらくそのままにしておく。
- オムツが濡れていないか、ミルクを欲しがっていないか、疲れていないか、暖か過ぎたり、寒過ぎたりしていないかを確認する。
- 抱っこして話しかけたり、そっと歌を歌ったりしてあやす。
- ベビーカーやベビーキャリーに入れて動き回る。
- お風呂に入れる。
- 車で外出する。
- （特にあなたが疲れている時は）他の人に抱っこを代わってもらう。

「ストレスが溜まったら、外で新鮮な空気を吸うか、日光浴や散歩をしましょう」

「日課を決めてみる。でも、それができない日もあることを忘れない」



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

## 18ヶ月～2歳

この年齢の子供は、自分のことは自分でしたがるようになり、何でも「今すぐ！」でなくては気がすみません。

変化を好まず、すぐ不機嫌になったり、飽きっぽくなったりします。

自分の限界を試すようになるのもこの時期で、その他にも話したり、走ったり、よじ登ったりできるようになります。

この年齢の子供は、外で遊ぶことや散歩が大好きです。

また、2歳あたりから癩癩を起こすようになる子もいるでしょう。

### 次のことを心がけましょう。

- 忍耐強く接し、ユーモアを忘れないようする。
- 何かをさせたい時には、「あともうちょっとしたら・・・」とあらかじめ予告する。
- 自立ときまりのバランスを取る。例。「カップで飲んでもいいけど、床に座ってからね」
- なるべくほめる。悪いことばかりあげつらわない。
- わかりやすいきまりを作り、一貫性のある対応をする。
- トイレトレーニングは、子供が興味を示してから始める。
- 「どのシャツが着たい？」と聞くよりも、「青と黄色、どっちのシャツを着たい？」と選択肢を限定する。（子供に「どれが着たい？」と聞くと、必ずと言っていいほど、洗っていないシャツを選びます。）
- できるだけ物事について説明する。
- してほしくないことよりも、してほしいことを教える。
- 洗濯を干す際に洗濯バサミを手渡してもらおう、手紙を取って来てもらおうなど、お手伝いをさせる。
- 癩癩を起こせば、大人が言いなりになると思わせない。
- 子供が疲れている時に無理をさせない。
- 子供が癩癩を起こしたら、周囲の環境が安全であることを確認した上で無視する。
- 癩癩を止め、おとなしくなったら、怒らずにほめる。



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

- 手にあまる状況を予測し、そうなることをできるだけ避ける。
- 子供が怒りや苛立ちを見せ始めたら、他のことに気をそらせる。

「どこに行くとか、何をするとか、とにかく子供と話しましょう」

「洗面台に水を張ってシャボン液を作り、床にはタオルを敷いて、思いつき遊びせましょう」

「子供が必要としている時には、家事の手を止めて相手をしてやりましょう」

## 2歳～3歳

2歳児くらいまでは変化を嫌いますが、それも3歳になる頃には落ち着き、新しいことを習得するようになります。

おしゃべりが盛んになり、元気いっぱい大きな音を出すものに興味を持ちます。

また、食べ物や衣類、おもちゃなどの好き嫌いもはっきりしてきます。中には威張ったり、やきもちを焼いたりし始める子もいるでしょう。

次のことを心がけましょう。

- 何かが上手にできたときは、たっぷりほめる。
- 子供の話に耳を傾け、できるだけすべての質問に答える。
- 一緒にして楽しいことをする。
- 一度にたくさんの言いつけをしない。
- はっきりとわかりやすい指示を与える。
- ちょっとしたお手伝いをさせる。
- 子供は大人の真似をするので、良いお手本を見せる。
- わかりやすいきまりを決めて、必ず守らせる。
- 一貫性のある対応をする。
- トイレトレーニングを始められるかどうか子供の様子に気を配る。
- 子供にしてほしくないことがあれば、その理由を説明して止めさせる。

「一緒に遊びましょう」

「おもちゃ図書館へ連れて行き、発見の機会をたくさん与えましょう」

「たくさん話しかけ、話すことを奨励しましょう」



S.K.I.P

skip.org.nz  
facebook.com/SKIPcommunity

## 3歳～4歳

3歳半くらいになると、不安感が芽生え、落ち着きをなくす子供も出てきます。

特に、母親に対して反抗心を見せることがあります。そんな時でも一緒に話し合うことを望んでいます。

4歳の頃には元気があり余って、我慢できずに大騒ぎしたり、乱暴なふるまいを見せることがあります。

3歳から4歳の子供は知りたがり屋で、新しいことに興味津々です。

「『お風呂場までぴよんぴよん跳んでみよう』など、ちょっと難しいこともゲームにして挑戦させてみましょう」

次のことを心がけましょう。

- 頭からのぶつかり合いを避ける。
- いい子であることを常に強調する。
- 「～しよう」や「一緒にこれをしてみない」などの表現を多用する。
- 大したことではなければ目くじらを立てない。
- 子供が「いや」と言ったら、話題を変えるか他のもので気をそらす。
- 子供の悪ふざけは無視する。
- 子供が悪い言葉を使ったら、他の言葉に言い換えさせる。
- 子供は大人の真似をするため、お手本となる行動をする。
- きまりや規則を守らせる。
- 「おもちゃを片付けたら公園へ行こう」など、子供に条件付きの提案をする。
- 子供が何かいけないことをしたら、しばらく頭を冷やさせる。
- 静かで安全な場所へ連れて行き、なぜそこに連れて来られたのかを説明した上で、言いつけを守ったら戻って来てもよいと教える。
- この間はせいぜい2～3分にする。

「できるだけ『そうね』あるいは『いいわよ』と言いましょう」

「規則はできるだけ少なくして、必ず守らせましょう」

「子供を怒るのは本当に必要な時だけにしましょう」



S.K.I.P

skip.org.nz  
facebook.com/SKIPcommunity

## 4歳～5歳

成長と共に協力性が芽生えてきます。

この年齢の子供は、元気いっぱい自分のことを誰かに聞いてもらいたくて仕方ありません。

時には、妙な作り話をすることもあります。友達とは、言い合いをしても仲良く遊びます。

5歳になる頃には、さらに落ち着きが出てきて、大人を喜ばせようとするでしょう。

自分の間違いを認めることは苦手ですが、いい子になる努力は惜しみません。

### 次のことを心がけましょう。

- 親が望んでいることをはっきりと伝える。
- 何かが上手にできたときは、たっぷりほめる。
- きまりや規則は少なめにして、必ず守らせる。
- いろいろなことに挑戦させてみる。
- その日にすることを一緒に決める。
- 子供がお利口さんぶりを発揮できるように、雑用を手伝わせる。
- しつけやおしおきをする際は、冷静さを失わない。
- 愛情をたっぷり注ぐ。
- 子供が自分で問題を解決できるように励ます。
- 怖がったり、怯えたりしている時には安心させる。
- お手本を見せる。
- 一貫性のある対応をする。

「否定ばかりせず、ほめ言葉を増やす」

「直接、愛情を伝えましょう」

「身体を動かして体力を使わせましょう」

「子供の意見も取り入れましょう」



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

前向きな子育てがSKIPの願いです。  
詳しくは下記ウェブサイトをご覧になるか、電子メールにてお問合せください。

[www.skip.org.nz](http://www.skip.org.nz)

電子メール：[info@skip.org.nz](mailto:info@skip.org.nz)

Skipは前向きな子育てを応援しています。

詳しくは：[www.skip.org.nz](http://www.skip.org.nz)

電子メール：[info@skip.org.nz](mailto:info@skip.org.nz) 電話：04 916 3300

子育ての支援団体に関する情報は、[www.familyservices.govt.nz/directory](http://www.familyservices.govt.nz/directory)（全国案内）をご覧ください。



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)  
[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)