



1歳半～2歳半の子どもを持つ保護者の方へ

声かけのコツ

国立精神・神経医療研究センター
精神保健研究所
児童・思春期精神保健研究部



子どもの発達は十人十色



子どもの発達のペースは一人ひとりさまざまです。
子どもの発達の仕方に正解や不正解はありません。
お子さん一人ひとりの「その子らしさ」を見つけ、丁寧に子育てしていきましょう。

ここでは、特に「声かけ」のコツについて一緒に考え、子育てを楽しみましょう。



子育てでこんなこと困っていませんか？



- ・名前を呼んでも子どもがなかなか反応してくれない
- ・子どもが親の言うことをきかない



子どもが理解しやすい声かけのコツ



(1) お子さんの注意をしっかりとひいてから声かけしましょう。

(2) 目に見える手がかりを使いましょう。

実物や写真を見せる

身ぶりや見本を見せる

(3) 言葉を選んで声かけしましょう。

ポジティブな表現で

具体的に

短く

お子さんが理解しやすい声かけをしましょう。



(1) 子どもの注意をひく



お子さんの注意をしっかりとひいていますか？

お子さんの注意をひくためにどれが役立ちますか？

例えば・・・

例えば、名前を呼ぶ場面で考えてみましょう

- ・ 周りの不必要な音(テレビなど)を消して呼ぶ
- ・ 子どもの目の前に行って呼ぶ
- ・ 子どもの肩をたたいて呼ぶ
- ・ 手をたたいて呼ぶ
- ・ 長く呼ぶ(例:「あ—————ゆむくん」)
- ・ 大きな声で呼ぶ など

お子さんが注意をひくような声かけをしましょう。



(2) 目に見える手がかり①: 実物や写真



言葉だけで言っても通じないことがありますか？

お子さんに実物、写真、絵を見せるなど、目に見える手がかりを使って伝えましょう。次に何をするのか見通しがもてるようになります。

例えば…

具体物、写真などを見せる

「靴はいてね」→



+「靴はいてね」

「車で買い物に行くよ」→



+「車で買い物に行くよ」

「公園に行くよ」→



+「公園に行くよ」

※公園の写真を携帯で撮っておいて、行く前に見せて伝える



(2) 目に見える手がかり②: 身ぶりや見本



言葉だけで言っても通じないことはありませんか？

お子さんに身ぶりで示したり、見本を示したり、目に見える手がかりも一緒に伝えましょう。

例えば…

身ぶりで示す

「ごみ箱に捨てて」→



+ 「ごみ箱に捨てて」



(3) 言葉を選ぶ①: ポジティブな表現で



「～しないで」と否定文で声かけしていませんか？

お子さんがどんな行動をすればいいのかわかるようにポジティブな表現で声かけしましょう。

例えば…

「部屋の中を走り回らない」→「椅子に座って」

「大きい声でしゃべらない」→「小さい声でしゃべる」

「飲み物をこぼさない」→「ストローで飲もうね」

練習してみましょう

「おもちゃを散らかさない」→「_____」

「花瓶に触らない」→「_____」



(3) 言葉を選ぶ②: 具体的に



あいまいな声かけをしていませんか？

「きちんと」のようなあいまいな表現は、お子さんが理解できないことがあります。具体的に声かけしましょう。

例えば…

「きちんと片付けて」→「おもちゃを箱の中に入れて」

「あっちに置いて」→「テーブルの上に置いて」

「そこに座って」→「この椅子に座って」

練習してみよう

「ちゃんと挨拶しなさい」→「 」

「しっかり食べて」→「 」



(3) 言葉を選ぶ③: 短く



長い文章で声かけしていませんか？

文章が長すぎると、どのような行動をとるべきかお子さんが理解できないことがあります。短く分かりやすい声かけをしましょう。

例えば…

「あーもう早く靴はいてよ、急ぐんだから」 → 「靴はいてね」

「使わないおもちゃはすぐに箱に片づけなさいって いつも言ってるでしょう、いい加減にしてよ」 → 「おもちゃを箱に片づけようね」

練習してみましょう

「裸でウロウロしないで服着てよ。風邪ひいたらどうするの。何回も同じこと言わせないでよね。もう知らない」

→ 「

」



我が子への声かけ



お子さんには、どんな声かけをしていますか？

■ 自分の声かけの仕方を振り返ってみましょう

- () 注意をひいている？
- () 具体物や写真を見せている？
- () 身ぶりや見本を見せている？
- () ポジティブな表現で声をかけている？
- () 具体的に声をかけている？
- () 短く声をかけている？



まとめ



お子さんにとって、大人が言っていることを理解しやすくなるように、お子さんの注意をしっかりとひいて、目に見える手がかりを使い、言葉を選んで声かけをしていきましょう。