

子育ての悩みを解決！

公認心理師がお伝えする
0～2歳までの
「子どもの心」の育て方
～お片付け・お手伝い～

お片付け・お手伝いが大切な理由

- 子どもの成長
 - ・ 子どものスキル
 - ・ 子どもの心
- 親子関係
 - ・ 子どもの自立を促す
 - ・ ママが1人の人間として輝く

子どもの成長を促すコツ

- 「やりたい！」と子どもが思うには？
- 環境設定

子どもの発達とお片付け・お手伝い

- 子どもの発達

- ・ 身体の発達

- 上から下へ

- 中心から外側へ

- ・ 心の発達

子どもの発達とお片付け・お手伝い

- 身体能力
 - ・ 自分の意志で動き回れる
 - ・ 手に物を持って移動できる
- 手指の巧緻性
 - ・ 握る／放す
 - ・ ねじる／ひねる
 - ・ つまむ

片付けない理由

- 片付ける必要性を感じていない

おもちゃは遊ぶ物！

もっと遊んでいたい

片付けるメリット？

片付けない理由

- 「片づける」ってどういうこと？
 - ・ 「お片付けして」がわからない
 - ・ 具体的に何をどうしたらいいのか
 - ・ 例：その積み木をこの箱に入れて
このお椅子をテーブルの下に運んで

片付けない理由

- 求められることが難しい
 - ・ 子どもの許容量を超えている
お部屋のお片付け全部はとても無理！
 - ・ 子どもの発達段階にあっていない要求
身体能力的に難しい

片付けない理由

- 楽しくないから

お片付けのメリット

- 子どもが整理整頓が出来るようになる
- どこに何があるか、子どもが把握する
→遊びの質・集中力の向上

片付け場所の工夫

- 箱や袋に片付けない
- 子どもの目線から見える片付け
- 棚にオモチャの目印

お片付けのポイント

- お片付けの必要性を教える
- 環境を整える
- 発達にあったお片付け
- 大人のルールを強要しない

お片付け：子どもへのアプローチ

DO	DO NOT
時間を決める	脅す 「片付けないと捨てるよ！」
褒める・認める	ママがイライラ
遊びの一つ	

発達段階別のお片付け例

- 1人座りが出来て、物をつかむ・放すが自由に出来る
箱にポイ
積み木・ぬいぐるみ等

発達段階別のお片付け例

- 歩きが安定して、物を持ちながら自由に動きまわれる
- 物への認知能力がある

【宝探し】

「お部屋にある〇〇な物を探して！」

形・色・素材・カテゴリー（電車・車・食べ物など）

お手伝い、何歳から始める？

- 子どものイタズラが始まる頃
遊びの延長上
やらされている感がない
習慣化

子どもの興味関心をお手伝いに

■ 洗濯

靴から物を出すのが楽しい！

→洗濯カゴから洗濯物をママに渡す

ティッシュをひっぱりだす

→洗濯ばさみで干している洗濯物をひっばる

おままごとなどママの真似が楽しい

→タオルたたみ・ハンガーに干す

子どもの興味関心をお手伝いに

- 料理

水遊びが楽しい！

→野菜を洗う

お米を研ぐ

移し替え

→測ってある物をボールに入れる

子どもの興味関心をお手伝いに

- 料理

お砂場遊び・粘土遊び

→こねる・まぜる・とぐ

手指の発達

→スイッチを押す・野菜をちぎる・ピーラーやナイフ

子どもの興味関心をお手伝いに

- お掃除

拭くことが大好き！

→床拭き・窓ふき

なんでも並べる

→靴をそろえる

細かい物をつまむ

→ゴミ拾い

子どもの興味関心をお手伝いに

- ごっこ遊び

- 屋さん

- 新聞屋さん・郵便屋さん

- 手紙・荷物・洗濯物をそれぞれの部屋に運ぶ

- レストランごっこ

- 食事の配膳

お片付け・お手伝いで育つ子どもの心

- 共感力
- 協調性
- 空間認知能力
- 計画性
- 想像力
- 見通す力
- 社会性

参考・引用

- 「新乳幼児発達心理学」

繁多進 監修 福村出版

- 「乳幼児の発達臨床心理学」

菊野春雄 編著 北大路書房

- 「他者と関わる心の発達心理学」

清水由紀 林創 編著 金子書房