

A-1

子育ては楽しいけれど…

イライラしたときどうする？

エピソードを読んで、みなさんの思いや考えを伝え合いましょう。

エピソード

カヨコさんには、3歳のコウタさんと1歳になるサヨさんの2人の子どもがいます。子どもはかわいいのに、最近、なぜかイライラすることが増えてきました。

今日は2人の子どもを連れて、久しぶりのお出かけの日でしたが、昨夜はサヨさんの夜泣きがひどくて寝不足、更にコウタさんがぐずっていつまでたっても朝ご飯を食べません。気が付けば、予定していた出発時刻を30分も過ぎています。カヨコさんは、ついに「もう、いい加減にして！」とコウタさんに向かって怒鳴ってしまいました。



エピソードを読んで、どんなことを感じましたか？また、カヨコさんと同じように子育てでイライラしたことはありますか？

エピソードを読んで

イライラしたこと



子育てのイライラについて、考えたことを話し合いましょう。

子育てをされていてイライラしたときは、どのようにするとよいでしょうか？



気付いたことや感想を書きましょう。

