

## 大人ができることは…？

- ただ怒るのではなく、どう行動してほしいのかを具体的に伝える
- 子どもから離れお互いに落ち着いてから、どうしたらよかったかを話す
- 怒りすぎるとやる気をなくすのでほめることとのバランスをとる

- どんな時にイライラのスイッチが入りやすいかのパターンを見つける

- イラッとしたらとにかく、子どもから 離れる！

子どもから離れて・・・

深呼吸をする・水を飲む・顔を洗う  
体を動かす・外の空気をすう  
好きな音楽をきく  
気持ちをだれかに話す など

- 日ごろから、大人が自分自身の心のゆとりを大事にする
- 周りの協力をえて、日ごろのストレスに対して、リラックスタイムを作る

## 子どもを守るために…

- 子どもの安全・安心な生活を守ることは大人の責任です
- 子育てに困った時、悩んだ時は、いろんな人に手助けをしてもらいましょう（家族、市町村窓口、保健センター、学校など）

大阪府中央子ども家庭センター

072-828-0161

大阪府池田子ども家庭センター

072-751-2858

大阪府吹田子ども家庭センター

06-6389-3526

大阪府東大阪子ども家庭センター

06-6721-1966

大阪府富田林子ども家庭センター

0721-25-1131

大阪府岸和田子ども家庭センター

072-445-3977

受付：月～金曜 9:00～17:45  
(土曜日、日曜日、祝日、年末年始を除く)

児童相談所虐待対応ダイヤル

「189」 (365日24時間対応)



## こんなことはないですか？

- しつけのためにはたたくことも必要
- 口で言っても分からないから、どつくしかない
- 子どもが傷つくくらいの言葉で怒ることが大切
- 長い時間、説教をしないと意味がない

⇒しかし、これらは体罰・暴言になります  
何らかの苦痛や不快感を意図的にもたらす  
行為は体罰です

## 体罰とは？

- ・言葉で3回注意したけど言うことを聞かないので、ほほをたたいた
- ・大切なものにいたずらをしたので、長時間正座をさせた
- ・友達を殴ってケガをさせたので、同じように子どもを殴った
- ・他人のものをとったので、お尻をたたいた
- ・宿題をしなかったので、夕ご飯を与えなかった
- ・掃除をしないので、雑巾を顔におしつけた

→ これらはすべて体罰です

**体罰は身体的虐待にあたり  
暴言は心理的虐待にあたります  
体罰は法律<sup>\*</sup>で禁じられています**

※児童虐待の防止等に関する法律

# 体罰・暴言はどうして良くないのか

## エスカレートする

- 最初は「口だけで注意」であっても、言うことをきかなくなると、より怖い気持ちにさせないといけないと思い、体罰に発展し、それでも言うことをきかないと体罰がエスカレートする

## 効果がない

- 体罰は恐怖しか記憶に残らないので、子どもは怒られた理由が分からなくなる
- 一方的に説教をしても、子どもは脳のスイッチをオフにするので伝わらない（解離）

## 子どもに悪影響

- 体罰によってケガをする
- 大人に自分の気持ちを話せなくなる
- 落ち着きがなくなる
- その場面を思い出して怖くなる（フラッシュバック）
- 自分なんてどうでもいいと思う
- 体罰はしても良いものだと思います、園や学校で暴力をふるう
- 子どもが家庭で暴力をふるう
- チャレンジしなくなる（意欲低下）
- ボーッとして集中力がなくなる
- 脳の発達に深刻な影響がある



※体罰・暴言の内容によっては、子ども家庭センターが一時保護をしたり、警察に連絡をすることがあります