CASE 03｜かんしゃく・パニック・手が出る

思い通りにならないと泣き叫ぶ 怒ると言葉より先に手が出る

パニック中に叱らず、感覚クールダウンで脳を鎮めてから「言葉で伝える代替行動」を育てます



お子さまにこんな「困りごと・サイン」はありませんか？

- 負けた時や思い通りにならない時、床に転がって激しく泣き叫ぶ
- おもちゃを取られたり怒った瞬間に、言葉より先に手が出て叩く
- 一度スイッチが入ると大人の声が届かず、物を投げたり叫んだりする

DEVELOPMENTAL SCIENCE｜発達科学からの視点
わがままではなく「自律神経の過負荷」と「代替手段不足」です

幼児期は脳の感情ブレーキが発達途上にある上、「悔しい」「貸して」を咄嗟に言葉にできないため防衛反応として手や大声が出ます。クールダウンと伝える練習で必ず穏やかになります。

お子さまの興奮レベルに合わせた「2つの対応分岐」

一人ひとりのペースに合わせて段階的に進めます

■ A:すでに大泣き・パニックに入っている時
言葉での説得を止め、刺激を減らした静かな空間でクッション等を抱える『深部圧迫アプローチ』により自律神経の鎮静を優先します。

■ B:イライラして今にも手が出そうな時
手が出る前にスタッフが間に入り、「悔しかったね」と気持ちを代弁した上で『かしてって言おうね』と具体的な代替行動を示します。

▼ どちらのタイプも、以下の「4ステップ療育サイクル」で無理なく力を伸ばします ▼

01 つまずき



感覚過負荷と言葉渋滞
悔しさをどう表現すればいいか分からず、脳がオーバーヒートしています。

02 鎮静化



深部圧迫クールダウン
静かな空間やクッションの心地よい重み(固有受容覚)で神経を鎮めます。

03 代替表現



気持ち代弁とカード
落ち着いた後に「やりたかったね」と共感し、「かして」の練習をします。

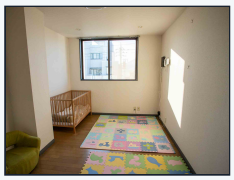
04 育つ姿



穏やかにSOSを出せる
叩いたり叫ばずに言葉やカードで伝えられ、立ち直りが早くなります。



実践① ボールプール＆深部圧迫ケア
心地よい圧刺激で自律神経を整える
緊張やパニック時にボールプールやクッションで身体を包み込むことで感覚センサーが落ち着き、気持ちを切り替えられます。



実践② お昼寝室での休息と気持ち代弁
疲労のかんしゃくを防ぎ伝え方を支援
園帰り等の疲れが見られる際は専用お昼寝室で休息を取り入れ、叩かずに「いや」「かして」と伝えられた瞬間を褒めて定着させます。

◆ おうち・園でできる「1分関わりヒント」

大泣きしている最中は脳が言葉を受け取れません。まずは声かけを止め、クッションごと抱きしめるか背中をさすり、呼吸が落ち着いてから「悔しかったね」と共感してください。

◆ ご家庭・保育園・幼稚園と連携する「2つの通い方」

①【1日コース】10:00～16:00(温かい昼食・お昼寝対応)
②【園送迎並行コース】保育園・幼稚園へのお迎え送迎対応(片道30分圏内)。

ご相談窓口(平日 10:00～16:00)
058-372-6123
受給者証の申請前でもご相談可

所在地 〒504-0966 各務原市那加本町36 マナベビル3F(JR那加駅 徒歩2分)
対象 2歳～未就学児(小学校入学前)｜送迎・昼食 あり｜4言語 日・英・葡・西
メール contact@ibirite.info ｜ Web ibirite.info/児童発達支援/

LINE相談