

2018年2月23日

こそだて家族研究所  ×  Peachat

乳幼児のイヤイヤ期を研究するプロジェクト「イヤイヤ研」、第二弾の調査結果を発表

イヤイヤ表現4つの基本、ママの三大対処法が明らかに！

博報堂こそだて家族研究所と、博報堂発の次世代育児アイテム Peachat 開発チームは、イヤイヤ期の研究を行うチーム「イヤイヤ研」の活動を開始。その実態を解明すべく「イヤイヤ実態調査」を実施いたしました。2018年1月にお知らせした第1弾の調査結果に続き今回は、より具体的なイヤイヤの内容や親の対処方法についてご報告いたします。イヤイヤ期というと、その名称から子どもが様々なことに「イヤ」と言っているイメージがあります。しかし、実際にはイヤイヤ行動には実に様々なバリエーションがありました。全国のママ・パパたちが立ち向かっているイヤイヤの実態を解き明かします。

<調査概要>

調査) イヤイヤ実態調査

調査手法: インターネット調査

調査エリア: 全国

調査時期: 2017年9月

調査対象者: 0歳~5歳イヤイヤ期の子を持つ女性 (n=1,200)

<主な調査結果のポイント>

- 全国のママ・パパと事前に選定したイヤイヤ行動 37 種類のうち、トップは食事中、2位はおもちゃのイヤイヤ。
- 「○○したくない!」という拒否行動だけでなく、「○○したい!」というイヤイヤも多く発生。
- 37 種類のうち、わが子にあてはまるイヤイヤ行動は、平均 15 個。
- イヤイヤ表現方法は、「さけぶ」「いすわる」「あばれる」「にげる」の4つが基本。
語源の「何を聞いてもイヤと言う」は 57.1%でランキング 8 位に留まる。
- ママが考えるイヤイヤ原因ランキング、1位「思い通りにならない」94.5%、2位は「眠い」83.6%。
- ママから約 9 割の支持を得た三大イヤイヤ対処法は、「気をそらす」「抱きしめる」「放っておく」。次いで「笑わせる」。
- イヤイヤ期現役ママのストレス解消法、1位「愚痴る」、2位「テレビ、ネットサーフィン、SNS をみる」、3位「お出かけする、ショッピングに行く」。外出など「活発・活動系」の解消法より、家の中でできる「静かに過ごす系」のストレス解消法を取る人が多い傾向。

＜詳細データ＞

■ 全国のママ・パパと事前に選定したイヤイヤ行動 37 種類のうち、トップは食事中、2 位はおもちゃのイヤイヤ。

世の中の子どもたちはどのようなイヤイヤ行動をしているのか。定量調査に先だって 0～5 歳の子どものいるママ・パパに、子どものイヤイヤ行動をヒアリングし、そこから得られた行動パターンをベースに、37 種類のイヤイヤ行動を選定・リスト化しました。

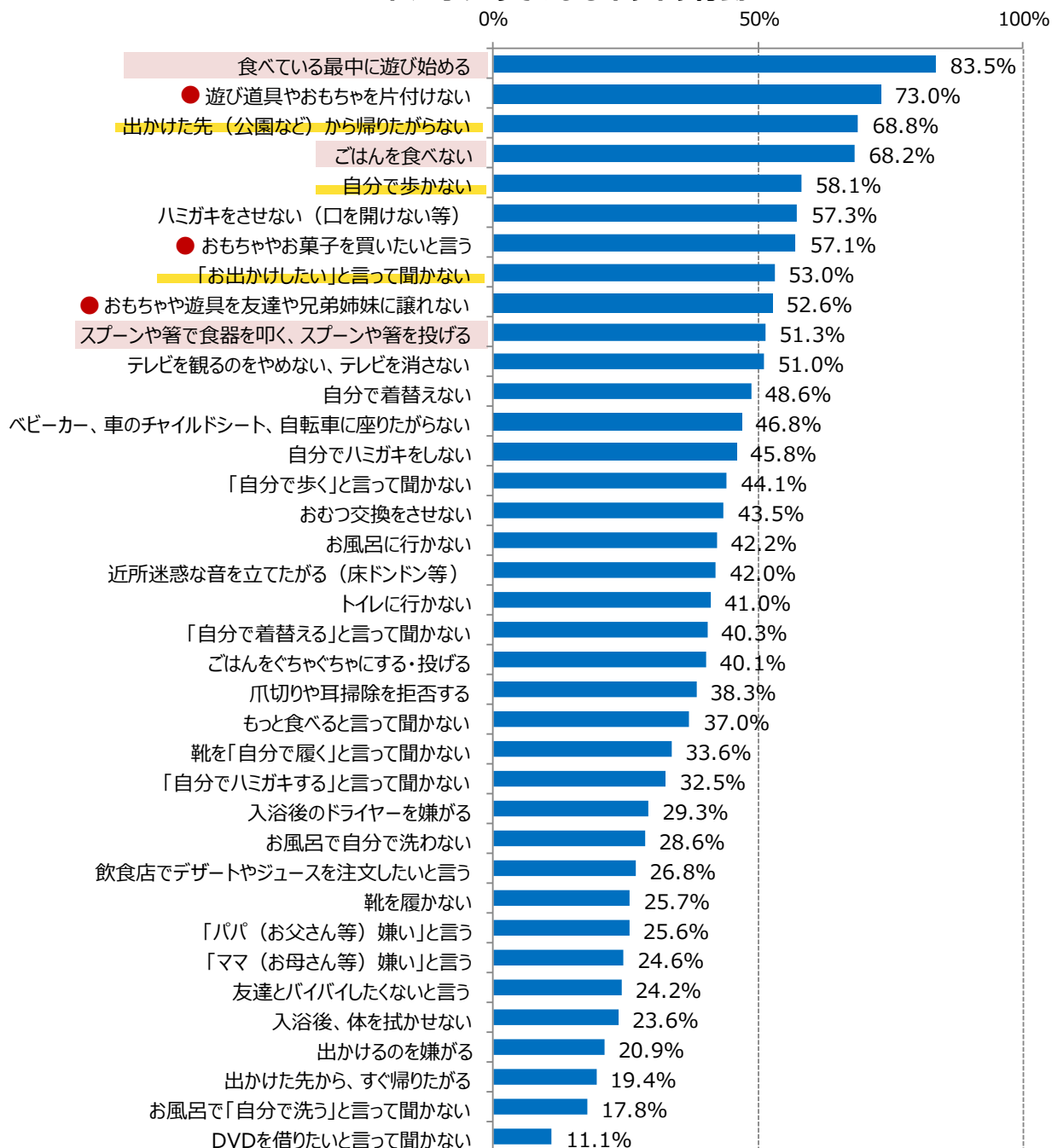
【イヤイヤ研オリジナル イヤイヤ行動リスト】

食 事	1.ごはんを食べない		2.ごはんをぐちゃぐちゃにする・投げる		3.スプーンや箸で食器を叩く、投げる		4.食べている最中に遊び始める		5.もっと食べると言って聞かない	
身 支 度	6.自分で着替えない		7.「自分で着替える」と言って聞かない		21.自分でハミガキをしない		22.ハミガキをさせない（口を開けない等）		23.「自分でハミガキする」と言って聞かない	
	8.靴を履かない		9.靴を「自分で履く」と言って聞かない		24.トイレに行かない		25.おむつ交換をさせない		26.爪切りや耳掃除を拒否する	
お で かけ	10.出かけるのを嫌がる		11.「お出かけしたい」と言って聞かない		27.お風呂に行かない		28.お風呂で自分で洗わない		29.お風呂で「自分で洗う」と言って聞かない	
	12.出かけた先から、すぐ帰りがたがる		13.出かけた先（公園など）から帰りがたがらない		30.入浴後、体を拭かせない		31.入浴後のドライヤーを嫌がる			
	14.友達とバイバイしたくないと言う		15.自分で歩かない		32.近所迷惑な音を立てたがる（床ドン等）		34.遊び道具やおもちゃを片付けない		35.おもちゃや遊具を友達や兄弟姉妹に譲れない	
	16.「自分で歩く」と言って聞かない		17.ベビーカー、車のチャイルドシート、自転車に座りたがらない		33.テレビを観るのをやめない		18.DVDを借りたいと言って聞かない			
	19.飲食店でデザートやジュースを注文したいと言う		20.おもちゃやお菓子を買いたいと言う		36.「ママ嫌い」と言う		37.「パパ嫌い」と言う			

*定量調査の準備として、0～5歳のイヤイヤ期の子供がいる全国のパパ・ママに、どのようなイヤイヤ行動をするかを予備調査。集まった自由回答を分類し、項目としてのレベルとバランスを整えて37項目とした。

このオリジナルリストをもとに、「我が子にあてはまるイヤイヤ行動はどれか」を調査したところ、「食べている最中に遊び始める」が83.5%と圧倒的のトップに。2位は「遊び道具やおもちゃを片づけない」73.0%という片づけに関するイヤイヤ。3位は「出かけた先から帰りたがらない」68.8%となりました。

わが子にあてはまるイヤイヤ行動



ランキングのトップ10のうち、食事関連が3つ、お出かけ関連が3つ、おもちゃ関連が3つ、含まれています。食事・お出かけ・おもちゃ遊びは、子供の生活の中で占める時間が長いことが背景にあると考えられます。特に食事については、バランスのよい食事をたくさん食べて健康に育ってほしい！という親たちの願いに対して、次から次へと食事にまつわるイヤイヤ行動を起こしているようで、1位は「食べている最中に遊び始める」でしたが、「ごはんを食べない」も7割近くを占めている状況。「スプーンや箸で食器を叩く、投げる」といった行動も、半数以上の家庭で発生していることが明らかになりました。

■ 「○○したくない！」という拒否行動に対して、「○○したい！」という行動も多く発生。

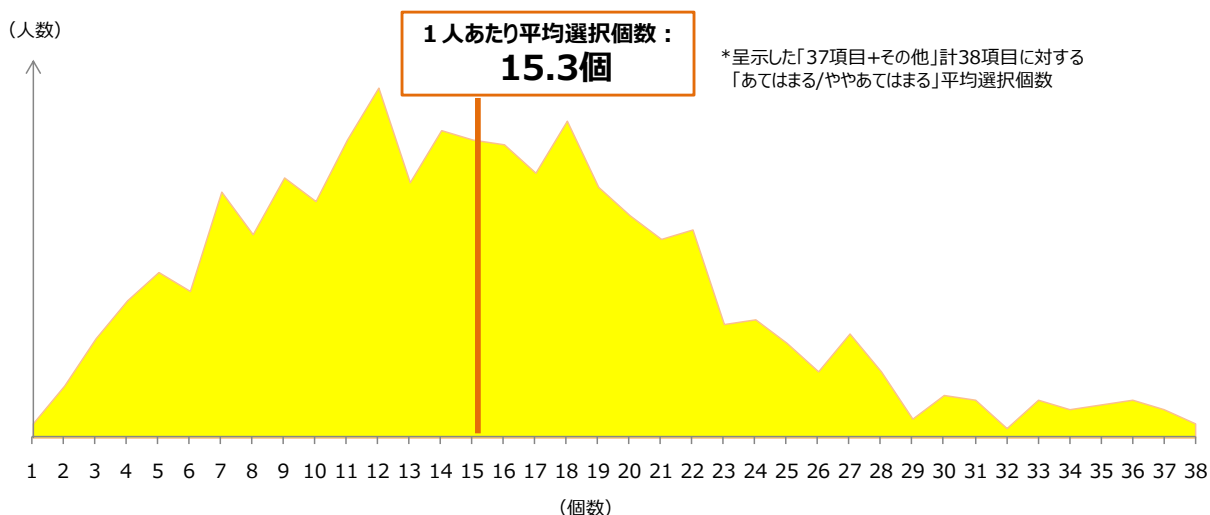
同じデータを詳しくみると、様々な行動を拒否して親を困らせるのがイヤイヤ期の基本というイメージがある中、実際は真逆の「自分でやりたい！」というイヤイヤも多いことがわかりました。定番の食事中的イヤイヤでは、「ごはんを食べない」68.2%に対して、「もっと食べると言ってきかない」は37.0%。移動関連では、「自分で歩かない」58.1%に対して、「自分で歩くと言ってきかない」も44.1%となっています。一方、外出のイヤイヤでは割合が逆転し、「出かけるのを嫌がる」20.9%に対して「お出かけしたいと言ってきかない」が53.0%となり、「したい！」が「したくない！」を上回る結果となりました。ハミガキでは、「ハミガキをさせない」57.3%に対して「自分でハミガキすると書いてきかない」は32.5%となり、自分でハミガキをしたがる子供が一定数いることがわかりました。イヤイヤ期の子どもと向き合うには、子どもの「自分でやりたい」という気持ちも、親がこうしなさいという提案内容は「イヤ」という気持ちも、両方受けとめる対応力が必要になるようです。

○○したくない！イヤイヤ行動	○○したい！イヤイヤ行動
ごはんを食べない 68.2%	「もっと食べる」と言ってきかない 37.0%
自分で歩かない 58.1%	「自分で歩く」と言ってきかない 44.1%
出かけるのを嫌がる 20.9%	「お出かけしたい」と言ってきかない 53.0%
ハミガキをさせない 57.3%	「自分でハミガキする」と書いてきかない 32.5%

■ 37 種類のうち、わが子にあてはまるイヤイヤ行動は、平均 15 個。

家庭ごとに何パターンぐらいのイヤイヤ行動に振り回されているのか、「わが子にあてはまるイヤイヤ行動」の数を集計したところ、平均値は 15.3 個となりました。ママ・パパたちは日々、実に多くのイヤイヤ行動に対峙していることが明らかになりました。

わが子にあてはまるイヤイヤ行動の数



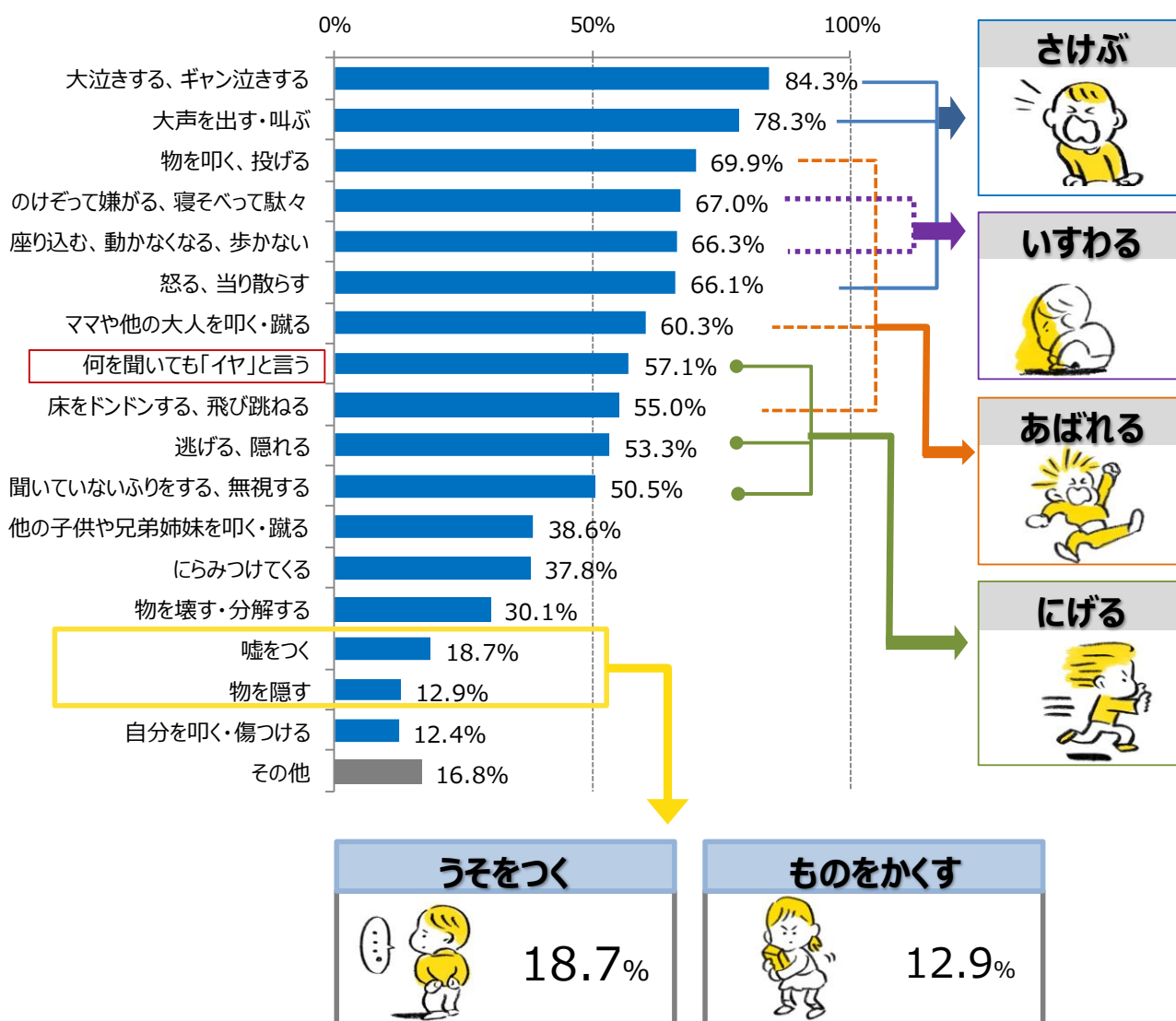
■ イヤイヤを表現する方法は、「さけぶ」「いすわる」「あばれる」「にげる」の4つが基本。

イヤイヤの語源である「何を聞いてもイヤと言う」は 57.1%でランキング 8 位に留まる。

子どもがイヤイヤを表現する方法について聞いたところ、「さけぶ」「いすわる」「あばれる」「にげる」の4つが基本であることがわかりました。やはり自己主張の基本は「さけぶ」のようで、大泣きや大声が約 8 割のイヤイヤ児に見られるようです。「あばれる」の割合は、物をたたく・投げるが約 7 割、大人をたたく・蹴るは約 6 割という高めの数値となりました。

イヤイヤ期の語源である「何を聞いてもイヤと言う」は 57.1%で、ランキングではやや低めの 8 位にとどまりました。その他にも「嘘をつく」「物を隠す」という高度な駆け引きを伴うイヤイヤ表現も、割合は多くないものの一部の家庭で発生していることがわかりました。また、自由回答に寄せられた生声には「叱られるとグラグラ笑いだす」、「犬や妹にあたる」など、さらなるバリエーションがありました。今までのイヤイヤでは通用しないと感じた子どもたちが、知恵をしばって抵抗する様子、その結果として表現方法が広がっていく様子がうかがえます。

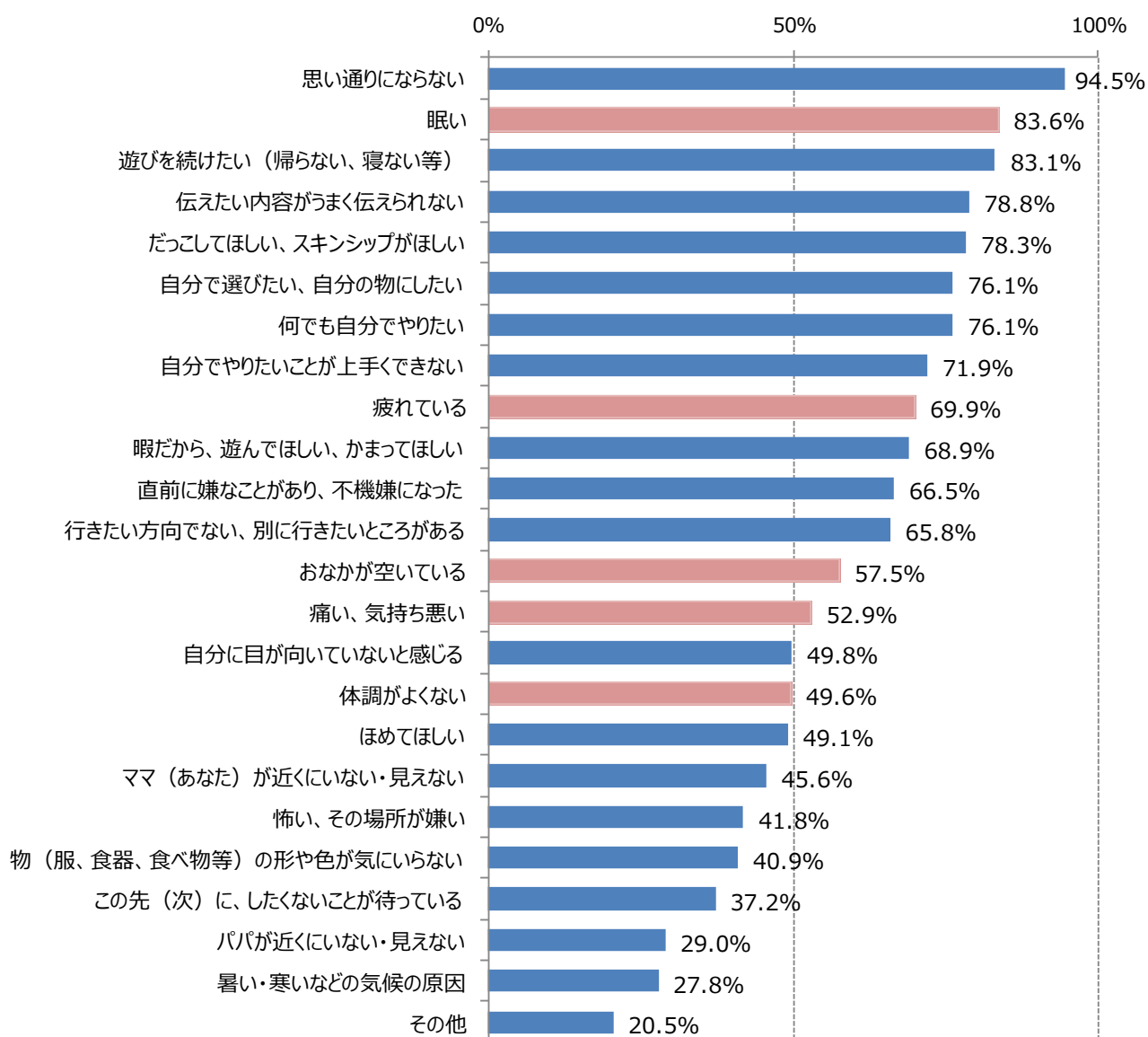
イヤイヤ表現



■ ママが考えるイヤイヤ原因ランキング、1 位「思い通りにならない」94.5%、2 位は「眠い」83.6%。

ママが考える、子どものイヤイヤの原因上位は、1 位「思い通りにならない」94.5%、2 位は「眠い」83.6%、3 位「遊びを続けたい」83.1%となりました。ダントツ 1 位の「思い通りにならない」は、イヤイヤの意識そのものといえます。3 位の「遊びを続けたい」も、夢中になっているものを邪魔されたくない意識によるイヤイヤですが、2 位には「眠い」という生理現象がランクインしています。生理現象に関するものは「眠い」「疲れている」「おなかが空いている」「痛い、気持ち悪い」「体調がよくない」の 5 種類がありますが、特に「眠い」が上位となっており、小さな子どもたちの機嫌をゆさぶる自然現象・生理現象がいろいろある中で、ママにとっての大敵は眠気にあるといえそうです。

イヤイヤの原因

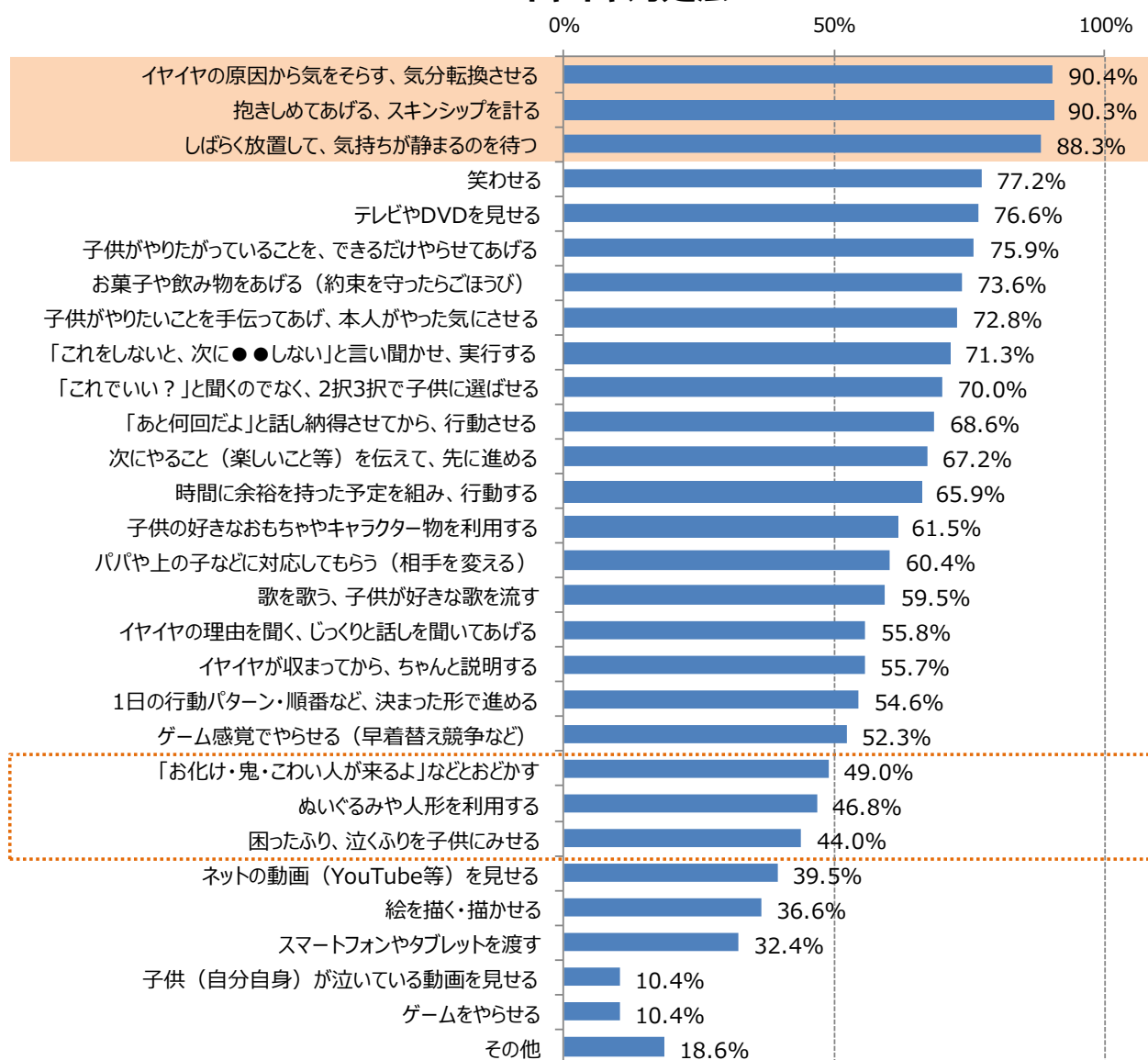


■ 三大イヤイヤ対処法は、「気をそらす」「抱きしめる」「放っておく」。次いで「笑わせる」がランクイン。

次に、イヤイヤが起きた時、ママがどう対処しているのか聞いたところ、約 9 割と圧倒的な支持を得たのは「気をそらす」「抱きしめる」「放っておく」の 3 大対処法でした。1 位の「イヤイヤの原因から気をそらす、気分転換させる」と 2 位の「抱きしめてあげる、スキンシップを計る」は、子どもと向き合い、対話や愛情表現で受け止める方法。一方、3 位の「しばらく放置して、気持ちが静まるのを待つ」は、ヒートアップしても要望は通らないことを子どもに気づかせる方法。ママたちはそれぞれバランスよく組み合わせて対処をしているようです。

4 位には「笑わせる」がランクイン。他にも「やりたがっていることを、できるだけやらせてあげる」、「お菓子や飲み物をあげる」、「本人がやった気にさせる」などがトップ 10 内に入り、少しでも楽しくイヤイヤ期を乗り越えようとするママたちの工夫が見られました。

イヤイヤ対処法



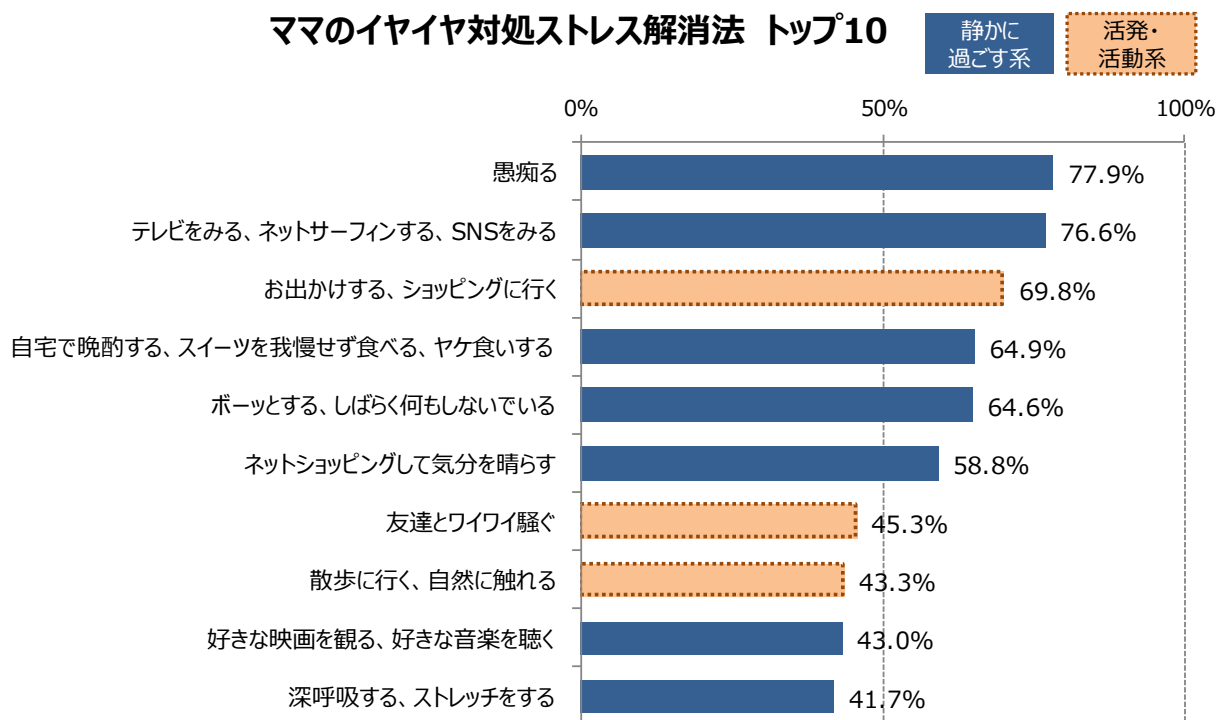
上位ではないものの、4 割強のママが活用している対処法として目を引くのが、「お化け・鬼・こわい人が来るよ」とおどかす方法、ぬいぐるみや人形を利用する方法、困ったり泣くふりを子供に見せる方法。いずれも、演技力を駆使して子どもの想像力を刺激しながら解決へと導こうとするママの工夫が光る対処法でした。

■ イヤイヤ期現役ママのストレス解消法は、1位「愚痴る」、2位「テレビ、ネットサーフィン、SNSをみる」、3位「お出かけする、ショッピングに行く」。外出など「活発・活動系」の解消法より、家の中でできる「静かに過ごす系」のストレス解消法を取る人が多い傾向。

ストレス解消法の回答として多い順に、1位「愚痴る」、2位「テレビをみる、ネットサーフィンする、SNSを観る」、3位「お出かけする、ショッピングに行く」という結果になりました。全体の傾向として、外出を伴うものが多い「活発・活動系」の解消法をとっているママは少なめで、家の中でできる「静かに過ごす系」の解消法が多くを締めており、小さい子どもがいると自由に外出をするのが難しいためか、ジワジワと静かに解消する回答が多い傾向となりました。

1位の「愚痴る」は、ネガティブな印象があるかもしれませんが、子供のイヤイヤに関する愚痴は、パパにとっては家での様子や子供の成長について情報収集できる良い機会。イヤイヤ期を家族みんなで乗り切るためにも、ぜひ前向きに愚痴を楽しんでいただきたいと思います。

ママのイヤイヤ対処ストレス解消法 トップ10



【イヤイヤ研とは】

博報堂こそだて家族研究所と、博報堂発の次世代育児アイテム「Pechat」開発チームで構成。これまでに Pechat を購入いただいたお客様から、「Pechat を使うことでイヤイヤ期の子供が素直に言うことを聞いてくれた」という声を多数いただいたことをきっかけに、Pechat にイヤイヤ期の子供をもつ親のサポート機能を実装していくために活動を開始しました。乳幼児のイヤイヤ期の実態や親の意識・行動など、今どきのイヤイヤ期を研究し、調査で得た情報の発信、イヤイヤ期の子供をもつ親をサポートする新機能の開発を行ってまいります。

本調査結果の詳細は、「イヤイヤ研」のサイトよりご覧いただけます。： <https://iya-iya.jp/>



【博報堂こそだて家族研究所】 <http://www.hakuhodo.co.jp/archives/announcement/24207>

晩産化・少子化、共働き世帯の増加、夫や祖父母の育児参加など、この10年で大きく変わってきた「子供のいる家族」について、研究・提案を行う専門組織。1996年より活動していたB a B Uプロジェクトを発展改組し、2012年10月設立。「妊娠期から小学生の子供を持つ家族」に関する専門知識を元に、調査、商品開発支援、広告などコミュニケーション支援、メディア開発、事業開発などを手掛けています。

【Pechat】 <http://pechat.jp/>

博報堂のプロダクト・イノベーション・チーム monom と、博報堂 D Y グループの博報堂アイ・スタジオが共同で開発した、ボタン型スピーカー。Pechat をお気に入りのぬいぐるみに取り付け、専用のスマホアプリを操作することで、ぬいぐるみがしゃべっているように感じさせる他、Pechat を通して、子供と内緒話をしたり、一緒に歌をうたったり、お昼寝を促したり、物語をきかせたりと、様々な使い方ができます。

