



動物キャラタイプ別



ママの
イライラポイント
診断



START

なるべく子供を
怒鳴らないよう
我慢している

YES

NO

お母さんは
こうでなくちゃ！
という理想がある

子育ての
「マニュアル」が
欲しいと思う事がある

YES

NO

YES

NO

「～すべき」
「～しないとイケない」
という言葉
良く使っている

「でも」「だって」
「いや」「だけど」
とつい相手と
議論しがち

「皆がやってる」
「実績がある」
「大人気」という
フレーズが気になる

YES

NO YES

NO YES

NO





真面目で堅実 イヌタイプ

真面目にコツコツ、一人でちゃんと努力できるあなた。あなたのその責任感の強さと能力の高さに周囲の人は信頼を寄せているでしょう。頑張ることは「当然」さらに上を目指せる基準の高いあなたは、ついお子さんにも完璧を求めてしまう傾向が。努力の基準は意外と人によって違うもの。お子さんが「サボっている」「できていない」と感じるのはあなたの基準が高いからかもしれません。「私、頑張ってるな」と自分を認めて、ちょっとしたご褒美で息抜きしましょう。肩の力が抜けるとお子さんの「できていないこと」も許せるようになりますよ。



白黒つけたい パンダタイプ

人一倍正義感が強く、困っている人がいたら放っておけない姉御肌な一面があるあなた。その持ち前のリーダーシップゆえ、頼られることも多いでしょう。「間違っている」と感じると許せず、つい白黒ははっきりつけるまでお子さんと議論してしまう傾向も。親子と言えどあなたとは違う一人の人間。お子さんの意見が「間違っている」と感じた時はあなたの「価値観」に気づくチャンス。「あなたはそう思うのね」とお子さんの気持ちを確認するだけでも、イラッとする気持ちを少しだけゆるめることができますよ。





好奇心旺盛な冒険家 リスタイプ

アンテナの感度が高く、新しい学びをどんどん取り入れて自分を高めることができるあなた。その探求心と行動力に憧れを抱いている人も多いでしょう。「どこかに自分が求める正解がある」とあれもこれもとノウハウを集めてしまいがち。手に入れたノウハウをお子さんに試してうまく行かずにガッカリ…何がいいのかわからなくて迷子になってしまうことも。「正解」を追い求めて頑張りすぎず「あなたがどうなりたいか」を大切にしてくださいね。今悩んでいることの答えは、きっとあなたの中にありますよ。



自分の世界を持っている ネコタイプ



自分のやりたいこと・やるべきことをやる時は、驚くほどの集中力を発揮できるあなた。正直で、屈託のないあなたは一目置かれる存在ではないでしょうか。自分のペースが乱されるのが苦手なので、お子さんの発言・行動で予定や計画が変更になるとイライラしてしまうことも。お母さんだからといって必ずしも自分を後回しにしなくてもOK！1日15分でもいいので「〇時から15分△△をする」と予定を入れて自分の時間を確保してみてください。自分が満たされると心に余裕が生まれますよ。