

育てにくさを感じたとき

生まれたばかりの時は飲んで眠ってばかりだったのが、育っていくにつれて徐々に特性が現われてきて、寝ない・偏食・癩癩・こだわりが強い、多動などの育てにくさを感じるようになるかもしれません。



買い物などの公共の場で癩癩を起こされると困ってしまいますが、癩癩は伝えたい思いがあって体で表現しているとも言えます。言葉で表現できるようになると徐々に癩癩が減っていきますので、まずは子どもをよく観察して、目を合わせて子どもの思いを代弁する・共感する言葉かけが大事です。

怒ってしまうと、注目されたと思って、ますます癩癩を繰り返すようになりますので、ママはなるべく感情的な反応をせず共感の言葉かけをし、変化を見つけたら「誉める」こと。「誉める」はおだてではなく、「できたね」と認めてあげることです。たくさん言葉かけをすることが言葉の理解・獲得につながるのですが、なかなか伝わらない時は耳の検査が必要な場合もあります。

また、子どもの特性を知ると、癩癩の原因がわかることもあります。大きい音に過敏な子はうるさい場所を避ける・人が混む前に出掛けるなど。こだわりの強さが癩癩につながっている場合は、何にこだわっているかを見つけ、まずはそれを尊重する。環境を調整することで癩癩が減ることもあるので、起床や昼寝の時間の見直し、食事時間・調理の工夫、衣服、遊びに行く場所・音楽などいろいろな場面に気を付けてみましょう。よく動く子は動く遊びが好きなのでボールや粘土・パン作りなど。水遊びが好きなら洗い物をやらせると終わりがあって達成感を感じやすいので、遊びを家事に上手に取り入れることもお勧めです。こだわりは集中する力なので将来に生きてきますし、癩癩を起こすのも親子の信頼関係があるからこそ、とも言えます。特性は強みと捉えてぜひ子どもに合った育て方を見つけてください。

愛らんど追浜ふれあい子育て講座・原島先生のお話より

