



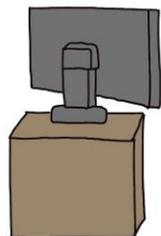
たんぽぽだより

神原保育園 子育て支援センター TEL 0836-21-6484
2020年 特別号⑩

子育て支援センターに寄せられるご相談の一部をご紹介します。



Q. 爪かみ・指しゃぶりをなかなか止めてくれません。
どうしたらよいでしょうか？



A. ご相談、ありがとうございます！

子どもって、テレビを見ている時や大人が忙しくて相手ができない時に、爪かみや指しゃぶりをしていることがありますか？

そんな時つい、「ダメよっ!」「やめてっ!」等、短く強めに否定の言葉をかけてしまいがちですよね。

でもまずは、優しく話しかけてみましょう。言葉をかけられると、返事をしようとして口元から手が離れます。楽しい会話をしている時は、手は口元に行きにくくなります。

そばにいる時に爪かみや指しゃぶりを始めたら、無理にやめさせないで、コチョコチョやからだをさするなどのスキンシップをはかりましょう。

寝る前の指しゃぶりは、子守唄や背中をトントンしたりといった別の刺激を入れて、心地よく脱力できる関わりを心がけると良いですね。爪かみ、指しゃぶりとは別の、より楽しく心地よい刺激を入れて、置き換えていくようにすると、次第に落ち着くでしょう。

無理にやめさせられたり、否定の言葉をかけ続けられたりすると、子どもは萎縮し、余計にひどくなったり、隠れてするようになってしまうこともあります。

日中の活動(しっかり身体を動かす)が足りずに、十分に発散できていない場合もあります。そんな時は、外遊びに誘うのが一番ですが、特別号⑥でご紹介した「親子でふれあい遊び」をするのもおすすめです。ぜひ試してみてくださいね。



電話・メールでも
ご相談お受けしています。