

保護者のみなさまへ

～ご家庭での関わり方の工夫のポイント～

子育ては楽しいこと、大変なこと、色々な毎日。

悩みを抱えてしまうこともあるかもしれませんが、悩んでいるお子さんの行動や状況は、保護者の育て方のせいではありません。そして、お子さんのせいでもありません。

幼児から中学生までの子育てに役立つヒントをまとめてみました。いいなあと思ったものをご家庭でチャレンジしてみてください。そして、一人で悩まず、相談してください。一緒にお子さんのよりよい成長を考えませんか。



できた時や、以前よりよかった時はほめましょう！



ことば

・ことばがなかなか増えない…

⇒お子さんの行動や思いを短いことばで代わりに言って聞かせましょう。成長とともにことばは増えていきますので、たくさん話しかけながら楽しい時間を一緒に過ごして待ちましょう。

・発音がなんだか違う…

⇒大人の話し方を真似しようと頑張った結果、舌の使い方がちょっとだけ違っていただけでしょう。サ行、ラ行、ツの発音は、6歳までに自然に完成することが多い音なので、5歳を過ぎるくらいまで待っていても大丈夫です。

きつおん

・吃音がある…

⇒「ゆっくり話して。」など話し方ではなく、話の内容に注目して聞きましょう。吃音がひどい時とそうでない時(吃音の波)に一喜一憂せず見守ってください。幼児期だけの吃音で終わる場合もたくさんあります。

・話を聞いていない…

⇒肩に触れたり、目線を合わせたりなどして、注意が向いたことを確認し、できるだけ短い文章で話しましょう。気になる音や目に見えるものを減らして伝えましょう。

・外で話さない…

⇒緊張や不安で心がいっぱい。話さないことで自分の心を守っているのでしょうか。うなずくなど行動で意思を示す方が本人にとっては安心できることもあります。意思を伝える方法を一緒に考えましょう。



あせらず、あきらめず、少しずつで大丈夫！

行動

・ダメなことをした時は

⇒否定するのでなく、どうすればよいかを具体的に伝えましょう。ダメな理由はわかりやすいことばで短く伝えてください。

・落ち着きがない…

⇒将来行動力が光るお子さんかもしれませんね。思いっきり動いて良い場所を作ってあげることが大切です。がまんが必要な時は、どのように我慢すると良いのかを具体的に伝え、いつもよりがまんできたらほめましょう。一般的には年齢が上がるごとに行動は落ち着きます。

・新しいことが苦手…

⇒見通しが持てるように、事前にわかることは見たり、伝えたりしましょう。周囲に理解してもらい、不安を減らすようにしていきましょう。

・過敏(音・味覚・におい・皮膚など)がある…

⇒成長するにつれ大丈夫になることが多いことを伝えながら、無理のない範囲で過ごせるように、環境を調整していきましょう。

・パニックの時は

⇒「つらいんだね。」と気持ちを共感し、安全な場所を確保してパニックが収まるのを待ちましょう。事前に気持ちを収める方法を決めて練習しておくことも大切です。そして、気持ちが収まってから、話し合ってください。

・トラブルがあった時は

⇒お子さんの嫌だった気持ちをまず共感し、その後どうすればよいかを親子で考えましょう。次に同じことが起きたら、同じ結果にならないように練習しましょう。

・忘れ物が多い、整理整頓が苦手、身なりがだらしない…

⇒まだ、体の感覚が未熟で注意の範囲が狭く、どうすればうまくいくか身についていない場合が多いです。できそうな目標を決め、短期間で評価し、できた経験を重ねていきましょう。



・宿題が大変…

⇒内容をここまでと区切り、一つやって気分転換。タイマーを使用し、時間の見当をつけるのもお勧めです。お子さんにとって量が多すぎる場合は、先生と相談してみましよう。

・登園・登校を渋る…

⇒心がいっぱい、いっぱいな状態です。心のエネルギーがたまる活動をしたり、十分な休みをとって回復したり、こんな時こそ長所を伸ばすことが大切です。どうすれば安心して登校できるか専門機関に相談することもよいでしょう。



©高崎市こども発達支援センター
〒370-8501 高崎市高松町35-1
電話:027-321-1351(直通)
FAX:027-326-9180