

## 診察室で落ち着きがない子

診察室に入るや否や、目の前の聴診器を取ったり、乳児をあやす玩具を取ったり、椅子から降りて診察台に飛び乗ったり、この様な落ち着きのない子が少なくありません。

私の目には触れませんが、待合室のプレールームでも他の子が遊んでいる玩具を横取り、泣かしても知らんぷりしている子に対して、その場で叱るお母さんもいれば、子どもに何ら注意もせずケータイに目を向けている無関心なお母さんもいます。

保育園でも友達とうまく関われない、友達に乱暴してしまう、集団のルールに従えないなど、乳幼児から4歳頃までに成立する社会性がしっかり育っていないことが原因とされています。

①「自分の物」と「他人の物」の区別をつけること：隣のお友達の消しゴムを勝手に使った上、返さない子。他人の物でも自分の物のように扱ってしまう子。家庭での食事の時、大人のお皿に子どもが黙って手を伸ばしてきても許してしまう態度、これを続けると自分の物と他人の物の区別がいまいになるというのです。

欲しいのならきちんと言葉で許可を得る事を教えることです、家庭であっても。お母さんのカバンから無断でお菓子を取ったり、ケータイを出したりするのも断ってからするように教えます。園でも他人の物を借りる時には必ず断ってから使うルールを決めることです。

②生活のリズムを整えること：保育園で朝から不機嫌で、チョットした事で泣いた

り怒ったり、昼寝の時間もなかなか寝付けず、寝たと思ったら今度は起きた時が大変という子。実は家庭で夜は大人と一緒に夜遅くまで起き、朝は登園ギリギリまで寝て、朝ご飯も食べる時間がない日が多いなど、生活のリズム（睡眠のリズム）が狂っているのです。睡眠は、子どもの脳の発達の大事な栄養素です。

規則正しい睡眠リズムは「入眠の儀式」をしてあげることです。パジャマに着替えて「おやすみなさい」のあいさつ、布団の中で絵本の読み聞かせをするなど寝る前の一定の行動が必要です。朝はベランダに出て朝の日を浴びる、花に水をまくなど身体が目覚めを促します。

③身の回りのことを自分でさせること：家庭で何でも母親がやってしまうことによって、いつしか「王子様」のように大人に命令するようになってしまいます。人にやってもらうのが当然と思っている子は、何でも人のせいにしがちです。園などでお友達のせいにする子は、周りの子から避難されますので乱暴する原因にもなります。

身の回りの事をなるべく自分でさせていくことが、「王子様」からの脱却になります。口では「やりなさい」と言いながら、待てずいつの間にか親がやってしまうのはNGです。

子どもは何をするのも時間がかかります。大人の感覚よりもワントempo長く待ってあげて、自分でさせてみる事です。

(チャイルドヘルス、2008.9 参考)

(たまなは)