

“思いきってパワーアップするためにサポートを受ける体験をしてみませんか。”

サポートを受けることは特別なことではなく、自然なことで恥ずかしいことはありません。母親にとって子育ては、だれだって大変なのです。自分だけで解決できなかったり、なかなかうまくいかないときは、親子の良い関係を作るための行動をおこすことが大切です。

1歳半健診・3歳健診は、子どものタイプや成長のペースを見つめ直すいい機会です。何か指摘されたら「イヤ」と言って済ますのではなく、心配なことをどんどん相談してみましょう。親子関係をより良くするために、健診後の事後教室やフォローアップ教室などを市区町村が用意しています。

子どもが成長していくためのチャンスが提供されているわけですので、それらを利用して子どもの力を伸ばし、親子関係をよくしていきましょう。子どもにうまくいく行動をていねいに教えてもらうことは、さらに大きな成長のチャンスとなります。子どもの発達支援には具体的な方法や技法がそろっています。

相談はここで! 「大勢の人がいて子どもが落ち着かない」、「もっとゆっくり相談したい」など集団健診以外で子どもについて相談したい場合は、以下のところでご相談ください。

- **子育て支援センター** 各市区町村ごとにあり、それぞれの地域で子育てに関する情報を発信したり、親子で集まる場所や機会を提供しています。
- **保健センター(保健所)** 育児の相談にのってくれたり、集団健診等を行います。事後指導などのアドバイスや、必要に応じて専門機関を紹介します。
- **子どもの発達支援機関** 実際に子どもを療育する場所・組織です。地域や役割に応じて名称が異なりますが、主に子育て支援センターや保健センターから紹介されます。

※これらの施設は地域によって名称が異なることがあります。連絡先はお住まいの役所にお問い合わせください。



育児がうまくいかない

子どもが育てにくい

と思ったことありませんか?

- 自分を噛まないで!
- どうして泣きやんでくれないの?
- いつまで動き回るの?
- いつになったら手づかみをやめてくれるの?
- 昼寝もしないでなぜ眠ってくれないの?

発行日：2010年3月31日
 発行元：特定非営利活動法人 アスペ・エルデの会
 連絡先：特定非営利活動法人 アスペ・エルデの会事務局
 〒452-0821 名古屋市西区上小田井2丁目187番地 メゾンポヌー小田井201号室
 監修：辻正次 (発達臨床心理学者 / 特定非営利活動法人 アスペ・エルデの会 CEO)



※このパンフレットは、平成21年度障害者保健福祉推進事業(障害者自立支援調査研究プロジェクト)の補助金により作成しております。

まず、子どものタイプを「知ること」から始めませんか？



様子を見て自然に育つ子ども

- 食事や睡眠のリズムが安定した育てやすい

お母さんを心配させる子ども

- よく泣いて自己表現が苦手
- 人前で親にくっついて離れない

お母さんをへトへトにさせてしまう子ども

- 食事や睡眠のリズムが不安定でカンが強い
- 手ごわく泣いたりわめく
- 寝てくれない・食べてくれない
- 少しの間もじっとしていてくれない

育児がうまくいかないお母さんは大変ですね。

子どもにはそれぞれ生まれ持ったタイプや成長のペースがあります。よく眠ったりたくさん食べることもあれば、少ししか眠らなかったり小食なこともあります。そして育児書どおりに育ってくれないものなのです。

子どもは、その子どものタイプや成長のペースで行動の仕方を学びます。うまくいく行動の仕方をていねいに教えていくことで、困った行動をうまくいく行動に変えることができます。



あなたは、子どものことで「気になること」や「心配なこと」がありますか？

1歳半

抱っこを極端にいやがる。



コミュニケーションがなかなかとれない。
(お子さんからのアプローチが少ない)



自分を傷つける行為をくり返す。
(爪かみ・かみつき等)



ものをつかむ時に親指を使わない。



ハイハイもつかまり立ちも上手にできない。



大人と目を合わせないことが多い。



お昼寝しない。その上、極端に寝付きが悪い。



夜泣きが数ヶ月以上にわたって続いている。



他にもこんなこと

- 言葉の成長がゆっくりである。
- 他の人には平気なのに、とても嫌がる音がある。例) 特定のCMの音・フレーズ、室外機の音等
- 何でもないものにひどくおびえる。例) 窓に映り混む影、天気急変等
- 決まった遊びしかしない。例) ミニカー並べ、積み木遊び等

3歳

言葉が遅く、会話にならないことが多い。



何かにひどくこだわる。



ごっこ遊びをしない。



極端に寝付きが悪い。



おむつの中でしか排泄ができない。



極端な偏食である。



癇癪がとてもひどくなかなかおさまらない。



どれだけ教えても生活習慣が身に付かない。



他にもこんなこと

- 好きなことに集中すると、他のことへ切り替えができていく。
- 自分では何も決められず、指示したことしかやれない。
- 極端なぐらいに特定なものに興味を持つ。例) 天気・時刻表・地図・国旗等
- 慣れない場所へ行きたがらない、新しいことになると取り組めない。(固まる・泣く)

「気になること」や「心配なこと」があるときは、子どもとお母さんのそれぞれの取り組みがあります。



ペアレント・トレーニング (ペアトレ) に参加しよう!

自分の子どもについてどれくらいわかっていますか？ 子育ては順調に行っていますか？

一人でどんでんかかるようになる子もいれば、周りに教えてもらうことで、いろいろなことができるようになる子もいます。どちらがいいのかということではなく、どのような子育てがご自分の子どもに合っているのかが大事なポイントです。子どもについて正しく把握し、その子にあった子育ての仕方を気軽に学べるのがペアトレです。ペアトレで頭の整理をしてみましょう!