

8

うちの子って変？ ～メディアとの付き合い方に注意を～

子育てをしていると、いろいろと気になることが出てくるものです。少しでも心配な時にはかかりつけの小児科医や市町村の相談窓口にご相談してください。

言葉がなかなかでてこない

言葉はまず発声からはじまります。赤ちゃんの「あ～」という声に反応してあげましょう。「な～に」といかにも会話しているように話しかけてください。目を合わせてにっこり笑ったり、目の前でおもちゃを振ってあげたりしましょう。しばらくすると明らかな意図をもって保護者を呼ぶような声を出すようになります。呼ばれたらできるだけそばに行って返事をしてください。抱っこしておもちゃをもたせて「○○だね」など、物の名前を教えたり、本人の言いたいことをかわりに「○○が欲しいのね、はいどうぞ」などと言ったりしてあげましょう。

1歳半頃になっても意味のある言葉が言えない場合でも、こちらの言葉を理解していて指差しや視線でコミュニケーションできるようならあまり心配はいりません。絵本の読み聞かせなどを積極的に行いながら、2歳頃までは待ってみましょう。

人見知りがとても強い

人見知りは6～7か月頃から目立つようになりますが、成長するにつれてだんだん慣れてくるのが普通です。

2、3歳になっても人見知りが激しくて、どこに行っても保護者から離れられない子どもは、不安になりやすいのだと考えられます。そんな子どもはコミュニケーションが苦手だったり、触られるのが苦手だったりすることもあります。安心感が大切ですので普段からスキンシップをたくさんとって、最初は1～2人の子どもと遊ばせてみましょう。まずはそばに付き添って遊びの楽しさを教えてください。慣れてきたら少しずつ離れていき、いつでも助けられるようにして見守ってあげましょう。

動きが激しい、じっとしてられない

2～3歳ころまでは動きが活発です。おもしろそうな場所であれば、うろうろすることはよくあります。でも普通は保護者が声をかけると戻ってくることができます。

声をかけても戻ってこようとせず、飽きっぽくて次々に遊びを変えていく、高いところに登るなどの危険な行為がよくある、初めての場所で保護者が見えなくなってもひとりで勝手に動き回るなどの場合は注意が必要です。制止しても同じことを繰り返すような場合は相談してみましょう。

かんしゃくが激しい

子どもは思い通りにならないとよく怒ったり、泣いたりします。それでも決まりは決まりときちんと教えましょう。この時、感情的にならず、静かな声でゆっくりと短い言葉で指示します。激しく泣いてなかなか収まらないときは、抱っこして場所を移動して気分を切り替えることも効果的です。暴れ続ける時には本人が怪我をしないように注意しながら、触らないでしばらく離れて見守ることも必要です。そして落ち着いたら「嫌だったね、でも我慢できたね、さあおいで」と声をかけて、抱きしめてください。いつまでもくどくどと叱り続けないようにしましょう。

いつも同じような状況でかんしゃくを起こす時には、前もって予告しておく（「今日はお菓子は買いません」などと話しておく）と効果が見られることがあります。激しいかんしゃくが続くようなら、相談に行きましょう。

～メディアとの付き合い方について～

最近では、外出先で小さな子どもにスマホを持たせている保護者をよく見かけるようになりました。あるいは保護者がスマホに夢中で、子どもはベビーカーの中で指しゃぶりをしているといった光景も目にすることがあります。さらには怖い動画をみせることでしつけをしようとしたり、絵本もアプ

りに読んでもらったりする保護者もいるようです。これらはすべてお勧めできません。

子どもは人と目と目を合わせて会話したり笑いあったりすることで安心感が生まれ、感情が豊かになり、人との付き合い方を学んでいくのです。特に小さい子どもほど、その経験がとても大切です。どんなアプリを使っても子育ての代用はできません。メディア漬けの子どもは言語発達が遅れる、かんしゃくをおこしやすい、多動傾向がみられる、人との付き合いが上手にできないなどと言われていました。

また、スマホは簡単に操作できるので子どもはすぐに使い方を覚えて夢中になってしまいます。与えるのは簡単ですが、取り上げるのは至難の業です。

ですから、メディア（テレビやスマホなど）との接触はできるだけ遅らせて（2歳以降に）、触れるにしてもできるだけ短時間（テレビなら2時間程度まで）にする必要があります。

お勧めするのは、人と人との直接的な接触と肉声での子育てです。少し面倒でも子どもが小さいうちは一緒にたくさん遊んでください。おとなしくなるからと、安易にメディアに頼り過ぎないようにしましょう。