

Dr.ひろみの

子育てのお悩み Q&A

子どものこんな行動に困ってますシリーズ

その8

つまかみ、おねしょ、チック、髪を抜くなど、やめさせたい癖があるのですが、どうしたらよいですか。



回答者：鈴木裕美

まず、**気にしない**ことです。注意されたり、叱られると、まずやめられなくなります。子どもが不安だったり、言葉に表せない悩みがあるときに、どうしていいかわからないので、そのような行動がでることが多いです。ですから、**安心させることが大事**です。**抱きしめたり、やさしく頭をなでたり、ゆっくり話を聞いたりしましょう**。「お母さんがいるから大丈夫だよ」と繰り返し伝えてあげてください。ただ、おねしょは膀胱が小さかったり、就寝中のおしっこを濃縮するホルモンが少ないことが原因のこともあります。大体は成長とともに治りますが、気になる方は一度小児科で相談してみてください。

その9

「痛い」と言えば親の気を引ける思っているところがあり、この先自傷行為をして気を引くようになったらどうしようと心配なのですが。

子どもは親に「見てほしい」と思っています。「痛い」と言えば注目を与えてくれるので、たいして痛くなくても「痛い」と言うのかもしれないね。子どものサインに気づくのはいいことです。今後は、子どもが話しかけてきたときは目を見て話を聞き、何か夢中で遊んでいるとき、ご飯を食べているとき、お風呂に入っているときなど、当たり前に見えることに対しても前向きな言葉をかけましょう。**痛くなくても親から十分に注目を与えられれば、無駄に「痛い」と言わなくなる**でしょう。