

2022年 4月 子育てワンポイント

テーマ 「子どものサイン～新しい環境～」

春は子どもたちにとって、入学、進級など環境に大きな転機がある季節です。期待に胸をふくらませる一方で、不安を感じているお子さんもいるのではないのでしょうか。家族にとって大切なのは、子どもが送ってくるサインをキャッチして、不安な気持ちに寄り添ってあげることです。

子どもの不安なサイン

《行動の変化》

(おもな症状)

- ・登園を渋る
- ・反抗的になる
- ・無気力になる
- ・甘えがひどくなるなど



《体調の変化》

(おもな症状)

- ・腹痛や頭痛
- ・吐き気や嘔吐
- ・おねしょ
- ・チックなど



《言葉や表情の変化》

(おもな症状)

- ・言葉が乱暴になる
- ・無口になる
- ・無表情になるなど

このような子どものサインが見られた時には、まずはしっかりと子どもの話に耳をかたむけるようにしましょう。また、抱っこを求めてきたり、手を握ったりなど、愛情を求めてきた時には、その場でしっかりと対応してあげましょう。

家族に「気持ちを受け止めてもらえた」という安心感は、新しい環境に向かう元気をつかむことにつながっていきます。

新しい環境に慣れるのに時間がかかるお子さんもいます。人見知りが強かったり、知らない場所や人、まだ経験していないことに対する不安や心配が大きいこともあります。このような場合には、無理に新しい環境に慣れさせようとせず、ゆっくり休むことを優先しながら、子どものペースで慣れていけるよう見守ってあげるとよいでしょう。



我慢強くてなかなか話してくれない子どもの場合は、先生に園や学校での様子を尋ねてみると良いでしょう。新しい環境に慣れようと、子どもは一生懸命です。家庭ではできるだけ、子どもがリラックスできる環境作りを心がけるとよいですね。