

自分の気持ちを伝えるようになってほしい



Q 言葉がでない

もうすぐ3歳になる子ですが言葉ができません。こちらの言うことは分かっているようですが会話ができません。どうしたらよいのでしょうか？

A スキンシップと言葉のシャワーを！

お子さんはもうすぐ3歳になるけれど、“会話”ができないのでご心配されているのですね。でも、ご家庭では保護者の方のおっしゃることは分かっているとのことですので、きっと片言や指差しや仕草で自分の思いを伝えているのでしょうね。内気で自分の思いをなかなか言えないお子さんもいます。3歳になる前でしたら、もう少し様子を見られてもよいかとも思いますが、言葉を育てるためにご家庭でできることをいくつか紹介します。

例えば、親子でスキンシップをしながらふれ合い遊び、くすぐり遊びやじゃれっこ遊び、体を動かす運動遊びや自然の中での散歩など、お子さんと一緒に楽しんでみてください。また、絵本の読み聞かせなど、お子さんとふれ合い向き合って、たくさん語りかけ言葉のシャワーをかけてあげることも刺激になります。

絵本は、不思議さや面白さ恐怖感など様々な感情を体験でき、想像やイメージを膨らませることができます。膝に抱っこしての読み聞かせなど、お子さんとふれ合って、語り掛けて楽しむことをお勧めします。心を揺さぶる“楽しい、嬉しい、怖い”などの様々な経験や感動体験の積み重ねが、お子さんの感情になって表れ、発語にもつながっていき、さらに、表情も語彙も豊かになってくるものと思われます。

おおむね3歳頃には、語彙が急激に増え日常生活での言葉のやり取りができるようになりますが、個人差も大きく、一概には言えません。また、“言葉がでない”理由は心因的、機能的な面など、様々なことが考えられ、お子さんの生育歴、家族構成、兄弟の有無、3歳児検診の結果、園での様子など、たくさんのお聞きして総合的に判断しないと、適切なアドバイスはできません。ご心配が続くようでしたら、園の先生をはじめ近隣の子育て支援センターや保健福祉センター、市町の家庭児童相談室(係)などにご相談してみてもはいかがでしょうか。



Q 表情や笑顔が少ない

表情がなくて笑わないのですが、どうしたらよいのでしょうか？

A 周りの大人の笑顔が大切です

ご心配ですね。表情がなく笑わないと気付かれたのはいつ頃からでしょうか？どんな場面でも無表情な状況なののでしょうか？また、お子さんの生育歴やご家庭や園での遊びや生活の様子、友達関係など、

たくさんのお子さんのことをお聞きして総合的に判断しないと、適切なアドバイスはできませんが、少しでもお子さんの表情が豊かになるように、ご家庭でできることから始められるとよいと思います。

まずは、お子さんの好きな遊びと一緒に楽しむことから始めてみましょう。それには、保護者の方からお子さんに「何して遊んでいるの?」「一緒に遊ぼう」などと、積極的に語りかけ、一対一でお子さんに関わっていく姿勢をもつことが大切です。スキンシップをしながらのふれ合い遊び、くすぐり遊びやじゃれっこ遊びなどを楽しんだり、体を動かして楽しむ運動遊びをして遊んだりするのもよいですね。また、絵本は不思議さや面白さ恐怖感など様々な感情を体験でき、想像やイメージを膨らませることができます。膝に抱っこしての読み聞かせなど、お子さんとふれ合って、たくさん遊び、語り掛けて楽しむことをお勧めします。心を揺さぶる“楽しい、嬉しい、怖い”などの様々な経験や感動体験の積み重ねが、お子さんの感情になって表れ、表情も豊かになってくるのではないかと思います。

ところで、保護者の方は感情表現が豊かなタイプですか?それとも感情表現は控えめなタイプですか?子どもは一番身近な保護者の方をモデルとしながら言葉、仕草、表情などを学び育っていきます。“表情豊かだにこにこしている”お子さんでいられるように、保護者の方も心がけてください。

保護者の方が、いろいろなことを働きかけてみたけれど、お子さんの状況が変わらず、ご心配が続くようでしたら、お子さんの通っている園の先生や近隣の子育て支援センターや保健福祉センター、市町の家庭児童相談室(係)などにご相談してみたいはいかがでしょうか。



Q 内気で自分の気持ちを言えない

内気で自分の気持ちを友達や先生に言えないのですがどうしたらよいでしょうか?

A 思いに寄り添い自信をもたせていきましょう

内気で人前に出るのが苦手だったり、恥ずかしかったりして自分の思いを言えないお子さんでも、ご家庭では自分の気持ちを保護者の方に伝えることができているのではないのでしょうか。そういうお子さんはよくありますし、ある時期そういう姿を見せるお子さんもいます。

まずは園の先生にご相談し、先生にお子さんの状態を理解して頂くとともに、園生活や友達関係の中で、お子さんを見守りや励ましなどの支援をして頂くのがよいと思います。また、お子さんに「困ったことは先生に助けてもらうといいよ」と伝えておくことで、お子さんは困ったり、どうしたらよいのか分からなかったりする時は、自分の気持ちを言葉でなくても、仕草や表情で先生に伝えることができるようになってくると思います。

友達の中では、先生に仲立ちになってもらいながら、一緒に遊んだり、楽しんだりする経験を積み重ねるうちに、少しずつ自分の思いや気持ちを表現できるようになってくるのではないのでしょうか。周囲に認められたり、褒められたり、励まされたりする“楽しい、嬉しい、心踊る”様々な経験や体験をする中で、少しずつ自分に自信がつき、自分から表現したり、やってみようとしたりする“意欲的で積極的な行動”が増えてくるとおもわれます。

なお、ご家庭でも保護者の方に自分の気持ちを言えないお子さんの場合は、保護者の方がお子さんの思いや気持ちを代弁しながら対応してあげることが必要です。しかし、保護者の方のお子さんへの関わり方や対応が、強かったり、命令や禁止が多くなったりしていないかなどの、振り返りも必要になるか

もしれません。保護者の方は、常にお子さんの思いに寄り添いながら、お子さんが自分の気持ちを表現できるように、優しく励まし見守っていく姿勢をもち続けてほしいと思います。

園の先生にもご相談になり、生活や遊びの場面でお子さんのよい面を認め、失敗やできないことは見守りながら励ましていくことで、少しずつ自信をもたせていくことが大切です。時間はかかるかもしれませんが、焦らずゆったりした気持ちで、まずは、お子さんのよい面を褒めることから始めてみてはいかがでしょうか。



A よい子過ぎる

よい子すぎて心配なんです。わがママも言わないし、お菓子もおもちゃも欲しがらないんです。我慢しているみたいです。このままでよいでしょうか？

Q 一対一の関わりを増やしていきましょう

“よい子”は一見何も問題がなさそうですが、お子さんが、自己主張もしないで、わがママも自分の気持ちも言い出せない“よい子”であるということをご心配ですね。お子さんはおとなしくて育てやすいタイプのお子さんかもしれません。保護者の方がお仕事や家事、育児で忙しいことが分かっていて我慢しているのかもしれませんが。“遠慮して自分の気持ちを抑えている”ようにも感じられます。そうであるならば、お子さんが自分の気持ちを何とか少しでも出せるように仕向けていきましょう。

お忙しいこととは思いますが、お子さんのよい面は認めながら、気持ちをほぐしたり、一対一の時間を少し増やしたりして、保護者の方から遊びに誘ってみてください。日々の短い時間でもよいので、お子さんと向き合い、ぎゅっと抱きしめて、くすぐり遊びやじゃれっこ遊びなどでスキンシップをとることも大切です。膝に抱き絵本を読んであげたり、一緒にお風呂に入って体の洗いっこをしたりするのもよいですね。保護者の方との触れ合い、温かいぬくもり、安心感と信頼感に包まれ、気持ちが満たされてくると、少しずつ自分の思いを素直に出せるようになり、自己主張やわがママも言うことができるようになるのではないのでしょうか。

子どもの発達には個人差がありますので、おとなしい性格の子は自己主張も激しく出さず成長していくこともあります。自分の思いを出せるようになるには時間がかかり、すぐには変化が見られないかもしれませんが、焦らずゆったりした気持ちでお子さんを受け入れ、見守っていく姿勢を持ち続けてください。



Q 甘えてこない

甘えてこないんですが、どうしてでしょう？ どうしたらよいのでしょうか？

A ぎゅっと抱きしめて！

本当は甘えたいのに自分の気持ちを表現することが上手くできず我慢しているのでしょうか。小さいご兄弟はいませんか。小さいながらも、お兄ちゃん、お姉ちゃんとして甘えられないのかもしれませんが。

また、保護者の方が忙しいので子どもなりに遠慮しているのかもしれませんがね。このように様々なことが考えられますが、ご家庭でできることから始めてみましょう。

お子さんが甘えてこない場合は、保護者の方からお子さんに近寄り、ぎゅっと抱きしめながら、「一緒に遊ぼう」「お話ししようか」と、声をかけ遊んであげましょう。お子さんと一対一でしっかり向き合い、お子さんの甘えられない気持ちを受け入れていくことが大切です。毎日、短い時間でもよいので、一対一の関わりをもちながら、ふれ合い遊び、くすぐり遊び、じゃれっこ遊びなどで十分スキンシップをとり、一緒に遊んでみてください。膝に抱いて絵本を読んであげたり、一緒にお風呂に入って洗いっこをしたりするのも楽しい経験となるでしょう。保護者の方とふれ合って一緒に楽しく遊ぶことを積み重ねていくうちに、少しずつお子さんの気持ちがほぐれてくると思います。

また、お子さんのご家庭での生活の中で、お子さんのよいところを見つけ、折りにふれ、褒めて自信をもたせてあげることも大切です。保護者の方が、「〇ちゃん大好きだよ」「いつも、あなたのことを見ているよ」「応援しているよ」などと、お子さんに愛情のこもったエールを送り続けてくださいね。

大好きな保護者の方の温かいぬくもり、安心感と信頼感に包まれ、気持ちが満たされてくると、少しずつ黙って甘えてきたり、自分の気持ちを素直に出せるようになってきたりすると思います。お忙しいこととは思いますが、焦らずゆったりした気持ちでお子さんに寄り添い、気持ちを受け入れて見守っていくことで様子を見られたらいかがでしょうか。