

よく動いてじっとしていない

<あんステップさんに聞いてみよう>



「体の方が先に動いてしまい、じっとしていません。何でもさわります。」

「親を意識せず、どんどん行ってしまいます。」

動くことが好きな子、じっとしているのが好きな子、いろいろなタイプの子がいます。

もし、お子さんの動きの多さでお困りなら、参考にしてみてくださいね。



あんステップさん

◎子どもが自分で歩けるようになり、好奇心も旺盛になると、親がし欲しくない行動をすることが増えてきます。環境調整をすることで、必要以上に「ダメ」と言わずに済むようになります。

1 まずは、生活リズムを振り返る



- (1) 体のリズムを整えることは、落ち着いた心と体の土台作りになる
- (2) 起きる・寝る、食事、遊びの時間帯はいつも大体同じか

2 家の中の環境づくり

- (1) 余計な音や映像は消す
(例) テレビをつけっぱなしにしない

- (2) 子どもが気になるもの、さわって欲しくないものは見えないようにする
(例) 危険なもの、親が大切にしているもの

- (3) 遊びスペースを、見て分かりやすくする
(例) ミニ机やミニ椅子を置く
遊びスペースにマットを敷く
落書きスペースをつくる

- (4) さわってもいい、代替の品を用意する
(例) 携帯電話→使わない携帯電話を渡す
台所用品→使わなくなったおたま、ボールを渡す

3 声をかけるときは…子どもに伝わるように



「ダメ」という前に

(1) 後ろから声をかけるのではなく、子どもの視界に入る

(2) 手を持つなど動きを止めて、意識をこちらに向ける

(3) 叱るときは、「その場」で「短い言葉」で
(例)「〇〇しません。」「□□します。」

4 困った行動を減らしていくために…

これが大切!

(1) 少しでもできたら、その時に大きさにほめる

(例) 手をつないで歩く距離が伸びた

→「今日はここまで歩けたね。えらいよ!」

「ストップ」の声かけで止まった

→「止まれたね。すごいじゃん!」

(できたことを具体的に伝えながら)

(2) 子どもから見て、ほめられていることが、分かりやすいほめ方で

(例) 笑顔・やさしい声・なでる・抱きしめる



こんなときはご相談ください

家から出ていってしまう、道路に飛び出すなど、危険行為を繰り返す

大人の言っていることが、あまり理解できないようだ・・・など

3歳児健診前のお子さんは**保健センター**へご相談ください
(76-1133)

3歳児健診後のお子さんは**あんステップ**へご相談ください
(77-7796)

<参考資料> 発達障害情報・支援センター

「1歳半～2歳半の子どもを持つ保護者の方へ 環境づくりのコツ」

国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 児童思春期精神研究部

安城市子ども発達支援センター

あんステップ[♪]

開館 月～土（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15

〒446-0043 安城市城南町2丁目10番地3

電話：0566-77-7796

FAX：0566-77-7785