

# 子どもが 育てにくい

# 育児がうまく いかない

と思ったことはありませんか？

いつになったら  
手づかみを  
やめてくれるの？



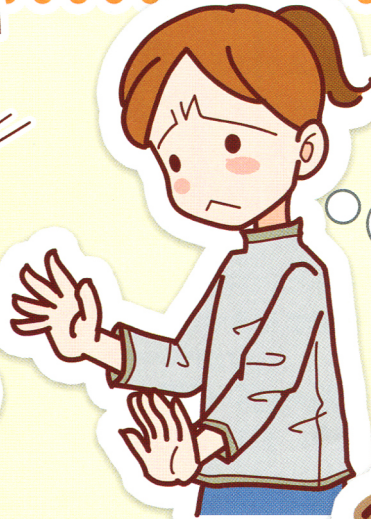
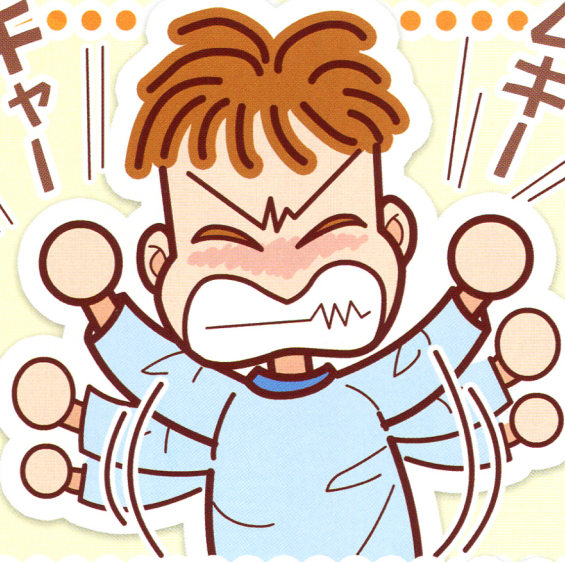
ぐちゃや  
ぐちゃや



ぐちゃや  
ぐちゃや



ウキウキ

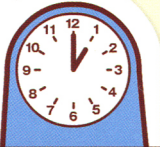
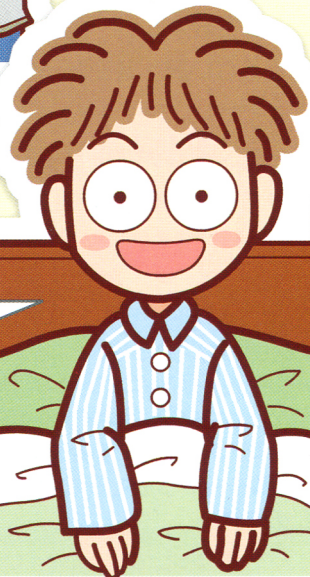


どうしたらいいの？  
なだめても  
声をかけても  
ひどくなるばかり…

昼寝もして  
ないのに  
なぜ眠って  
くれないの？



次はね  
絵本読んでー



↑もう夜中

## 😊 育児書の通りには育たない子どもたち



●母子手帳や育児書にあるような成長線も平均値内でよく寝てよく食べて、育児書の通りに問題なく成長してくれるお子さんがいます。その一方で、**平均値よりも小さかったり、同年齢の子ができることがなかなかできなかつたり**してお母さんを心配させるお子さんもいます。他にも**手強いほど泣く&わめく、寝てくれない、食べない、少しの間もじっとしててくれない、食物アレルギーがある、ひどいアトピーだ**…などの理由で育児がうまくいかず、お母さんをへトへトにさせてしまうお子さんもいます。

●あなたのお子さんはどちらのタイプでしょう？

もし後者だったら…、本当に大変ですね。

**一生懸命やっているのに、育児がうまくいかない。**その上、まわりから「愛情不足」とか「育て方が悪いから」なんて言われてしまったら、「もうイヤー！」って言いたくなりますよね。

大人にも大ざっぱな人や神経質な人がいるように、赤ちゃんにだって**生まれ持った気質や能力**というものがあります。よく眠るのもたくさん食べるのも個性なら、少ししか眠らないのも小食なのも個性なのです。そして、**育児書の通りには育ってくれないのも、その子の個性**なのです。

## 😊 あなたのお子さんに合った育て方を見つけてください。

●いくら個性でも、その個性が「育てにくさ」を感じさせるものであった場合、お世話をしているまわりの大人は**大変**です。

アレルギーやアトピーに関しては対処法がほぼ確立してきていますが、喋らない、泣きわめく、寝てくれない、少しの間もじっとしてくれないなど、「**行動**」に関する**決まった対処法**というものは**ありません**。

なぜなら、そういった「**行動**」をする**原因**がお子さんごとに違うからです。

例えばちっとも寝てくれないお子さんは、ものすごく神経質である場合もありますが、眠りたくても眠れない睡眠障害という場合もあるのです。

原因によって対処法は全く違ってきます。

●もしあなたがお子さんの「**行動**」によって、**不安やひどい育てにくさを感じる場合、原因や対処法を調べてみましょう。**今はインターネットなどで比較的簡単に**情報**を得ることができます。

不安が解消されない時、育児がうまくいかない時は地域の子育て支援などの**専門家に相談**してください。(右ページオレンジ枠の中)※ 子育て教室やペアレント・トレーニングなどで、具体的な取り組み方を学ぶことで、**あなたのお子さんに合った育て方**を見つけてことができるでしょう。

※地域によって名称が変わります。



### □ 検索の仕方

「困っている状態を言い表す言葉」と「子ども」をスペースで区切って入れます。

例

思い通りの結果が出ない場合は、同じ意味の違う言葉に言い換えてみましょう。

「好き嫌い 子ども」▶「偏食 子ども」

## ひとことコラム

お子さんの発達が平均よりもゆっくりだったり、ひどく育てにくかったりした場合、健診においても「すべて母親の育て方が悪い・育児環境が悪い」とされた時代がありました。保健師に情報がなかったために、親の責任だけが強調されてしまったのです。

現在は改善されていますが、母子家庭だからという偏見・家族関係が悪い・母親の性格に問題があるなど、保健師から不適切な発言があった時は、すみやかに保健所に報告してください。その保健師の個人的な考え方であることも考えられます。場合によっては対応を修正してもらえる場合もあります。継続して相談する場合は、担当の保健師を替えてもらうことも可能です。

😊 お子さんの成長や発達について、気になることや心配なことがありますか？

言葉が遅く、会話にならないことが多い。

ほんの少しの時間もじっとしてられない。

何かにひどくこだわりとても困っている。

極端に寝付きが悪い。

極端な偏食である。

ごっこ遊びをしない。

かんしゃく癇癪がとてもひどく、なかなかおさまらない。

どれだけ教えても生活習慣が身に付かない。

おむつの中でしか排泄ができない。

他にも

- ・自分の好きなことに熱中すると、他のことへ切りかえができにくい。
- ・自分では何も決められず、指示したことしかやれない。
- ・他の子どもとは違うもの（かわったもの：天気・時刻表・地図・国旗など）に極端な興味を持つ。



「お子さんが集団の中では落ち着くことができない」「もっとゆっくり相談したい」など、集団健診以外でお子さんについて相談がしたい場合、以下のところにご連絡下さい。

**子育て支援センター**

各市町村ごとにあり、それぞれの地域での子育てに関する情報を発信したり、親子で集まる場所や機会を提供しています。

**保健センター（保健所）**

育児の相談にのってくれたり、集団健診等を行います。事後指導などのアドバイスや、必要に応じて専門機関を紹介してくれます。

**子どもの発達支援機関**

実際にお子さんを療育する場所・組織であり、地域や役割に応じて名称が異なります。主に保健センターや子育て支援センターから紹介されます。

※これらは地域によって名称が異なることがありますが、具体的な連絡先はお住まいの地域の役所にお問い合わせ下さい。

短い相談の時間内で、お子さんの成長に対する不安や育児に対する不安を、専門家（お医者さんや保健師さんや心理士さん）に的確に伝えてすべて理解してもらうのはとても難しいことですよね。相談で相手とうまくコミュニケーションを取るためには、どうすればいいのでしょうか？

子どもの発達に対する不安を相談したら「様子を見ましょう」と言われた。

いつまで様子を見ればいいのか？  
様子を見て変わらなかったら  
どうすればいいのか聞きましょう。

不安を相談しても「男の子だから」「女の子だから」「一人っ子だから」等の説明でおしまいになってしまった。

一般論ではなく、  
「この子の場合はどうすればいいのか」  
もう一度、聞きましょう。

一生懸命努力してるのに主な養育者を責めるようなことを言われた。

あなたがどれだけ努力しているのか、  
具体的に状況を説明しましょう。

自傷行為（子どもが自分の体を自分で傷つける行為）のケガで  
虐待を疑われた。

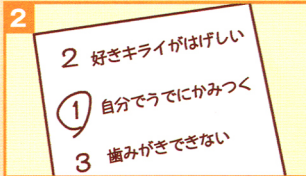
自傷行為を行う状況を詳しく説明し、  
その対処法を聞きましょう。

育児で心が疲れていると、相手のちょっとした言葉に傷ついてしまうことがあります。けれども専門家の人たちもあなたのお子さんの情報が足りないために、適切なアドバイスができないのかもしれませんが、まず、あなたが不安に思っていること・困っている状況を具体的に説明しましょう。

相談の時  
慌てないように  
混乱ないように  
するには？



1 困っていること・相談したいことを  
箇条書きにする。



2 好きキライがばげしい  
① 自分でうでにかみつく  
3 歯みがきできない  
相談したい事に優先順位をつける。



3 はっきりとした言葉でできるだけ  
簡潔に話す。

## 楽しい子育ての作り方

他の子どもは自然にいろいろなことを覚えていくのに、どうしてこの子はできないの？ できないことばかり目について、ついイライラして子どもを怒ってしまう…なんてことはありませんか？

子どもの中には、成長がゆっくりで、いろんなことの「コツ」が自分一人の力ではつかめないタイプの子がいます。

もしお子さんがそのタイプだったら、繰り返し繰り返し教えて練習することで、できることは増えていきます。お子さん、赤ちゃんの時に比べたら、できることいっぱい増えてますよね。お子さんの成長を他の子と比べるのではなく、できた時のお子さんの笑顔を見てください。あなたが手をかけて教えていくことでお子さんは成長していきます。

JDDネット（日本発達障害ネットワーク） <http://jddnet.jp/index.php> E-MAIL:office@jddnet.jp

※「日本発達障害ネットワーク」は、「日本自閉症協会」「アスペ・エルデの会」「えじそんくらぶ」「EDGE」「全国LD親の会」の5団体を発起団体として、2005年12月3日に発足しました。現在、発達障害関係の全国団体・地方団体や発達障害関係の学会・研究会、職能団体なども含めた60団体が加入。幅広いネットワークを目指しています。

■ 発行日 2008年3月20日  
■ 発行元 JDD ネット（日本発達障害ネットワーク）  
JDD ネット事務局 〒105-0013 東京都港区浜松町1-20-2 村瀬ビル3階  
TEL 03-6240-0674 FAX 03-6240-0671  
■ 編集 特定非営利活動法人 アスペ・エルデの会  
■ 監修 辻井正次（発達臨床心理学者 / 特定非営利活動法人アスペ・エルデの会 統括ディレクター）  
本リーフレットは[平成19年度障害者自立支援調査研究プロジェクト]の助成を受けて作成しました。