

## ひっくり返って泣く 癩癩がひどい



欲しいおもちゃを買ってもらえず、床に寝そべて大泣きする。



お友だちにぬいぐるみを取られて、ひどい癩癩。

ひどい癩癩おかしな泣きは、自分の気持ちを表現する言葉が見つからないとき、または、自分がいま抱いている感情を分析できず混乱しているときに起こります。幼児期の子どもはまだ視野が狭いので、この不快感の解決方法がわからず、混乱してしまっているのです。

自分で自分の気持ちがわからない、というのは、幼児期にはある程度仕方がないことです。自分の感情を言葉で表現する、というの

は、実は自然とできるようになっていくものではありません。感情を表現できるように言葉を与えるためには、親が代弁していくしかないのです。

たとえば、おもちゃを取られて大泣きしていたら、「悔しいから泣いてるのかな？」と声をかけることで、子どもは「この感情は『悔しい』ってことなんだ」とわかるようになります。こうした体験を積み重ねることで、4歳、5歳くらいになると徐々に自分で「悔しいから」と言葉にできるようになってきます。誰かが教えないと、その感情の名前は、どこからも出てこないのです。

お母さんやお父さんが、感情に言葉を与えられるよう、代弁していきましょう。喜びや怒りなどの感情は2歳頃に獲得できる力があるので、場面場面での感情と言葉がリンクする経験をさせてあげることが大切です。そうすることで自分の中にある不快感が言葉につながっていき、癩癩を起ささなくても感情を吐き出すことができるようになります。

言葉で言えるようになると、リラクセスできます。また、言葉で相手がわかってくれるなら、「癩癩を起こす」という無駄なコストをかけなくても要件が満たせるということがわかり、子ども自身もラクになっていくのです。

出先などで癩癩を起こされると、周囲の人に注目されてしまっただけで対処に困り、慌てたりイライラしたりしてしまいますよね。そんなときは、その場で解決しようとせず、とりあえずその