

○指しゃぶり

指しゃぶりは、おなかの中にいる時から始まる反射行動のようなもので、1～2歳が最も盛んと言われています。

原因はさまざまですが、無理に指を引っ張ったり、注意をしすぎないことが大切です。

他に気の紛れるものがあれば徐々に減っていくため、興味がありそうなものを一緒に探してあげましょう。



😊 眠たい時⇒安心できるタオルケットやぬいぐるみなど、替わりになるものを探したり、手を握って安心させてあげましょう。

😊 退屈な時や手持ちぶさたの時⇒お絵描きや積み木など、手を使う遊びに誘ったり、外遊びを増やしてみましょう。

