

爪かみ



- 爪かみが始まるきっかけになるのは
 - ・指しゃぶりから続けて爪を噛むようになった
 - ・学校や家庭でのストレス
 - ・さびしくて
 - ・いつのまにか（これがほとんどです）
- きっかけをあれこれ探してみても、爪かみが治るわけではないので、あまり神経質になることはありません。
- 爪かみは害のない行為です。
- いずれは自然と終わります。

爪かみは治した方がよい？

- 「爪かみをやめられない私はだめな子」と子どもの心を傷つけないように。
- 爪かみを恥ずかしいことだと決めつけて、どうにかしてやめさせようとする両親の態度が子どもにとっては有害です。
- 言うては行けない言葉
 - 「爪かみなんかするのは赤ちゃんよ」
 - 「爪がなくなってしまうよ」
 - 「爪かみやめないとお菓子はあげないよ」
- 指に苦いお薬を塗るのも子どもを傷つけることになります。
- 子どものセンスとプライドに訴えるのがよいと思います。

「あら、もう爪かみをしてないのね。お姉ちゃんになったのね」

爪かみをしていない時にほめてあげましょう。