

アプローチ例（食べない子 偏食の子）

食べる機能に問題がないのに、食事が進まないお子さんに対して支援をおこなっています。

母乳やミルクはよく飲むのに離乳食を嫌がる、食べるものが限られている（偏食）、食べ始めたが量が増えず経管栄養が減らないといった相談が多くあります。

このような食事の難しさがあるお子さんのご家族は、栄養状態の不安や毎日の食事の負担を抱えていらっしゃると思います。

当院では、多職種で、感覚の特性・発達・栄養状態・食事の様子などを総合的に評価し、行動療法・栄養の調整・環境設定を3つの柱にアプローチしています。

具体的には、食事の成功体験を増やしたり、苦手な食べ物を大人から受け取る練習をしたり、食事に向かいやすい姿勢を整えたりといった関わりをしながら、食べることにつながる行動が増えるように積極的にアプローチします。

またご家庭でもアプローチが継続していけるように、細かなアドバイスを行っています。保育所や学校といった関連機関とも連携し、ご家庭以外の場所でも同じように楽しい食事の思い出が増えることを目指しています。

行動療法

増やしたい行動に「注目」し、減らしたい行動は「無視」する

- ・食べることにつながる行動をみつけて、すぐに「注目」しましょう。たまたま(偶然)な行動でOK
- ・泣く、手で払うといった行動は「無視」します。
- ・成功体験が増えるように、目標はスモールステップで。

増やしたい行動に「注目」

○ 褒める、微笑む、視線を合わせる、
頭をなでる、触れる、うなずく…

✕ おおげさに褒める、おだてる、
びっくりした顔をする…

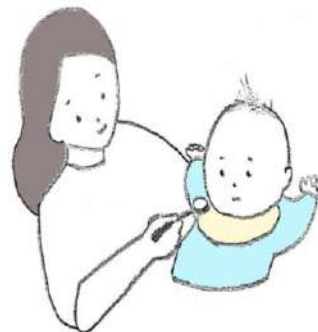
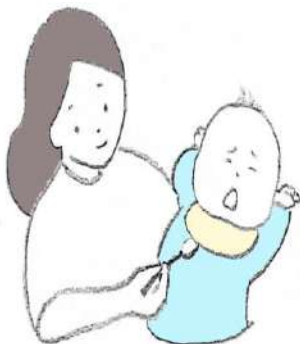
減らしたい行動を「無視」

○ 相手にしないで待つ、流す…

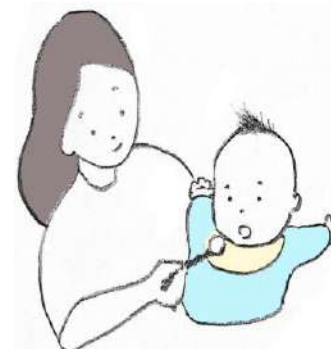
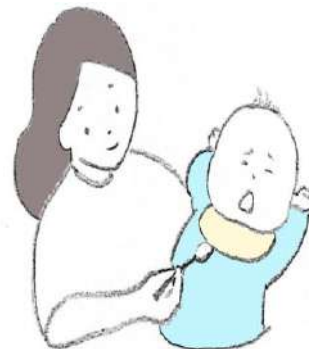
✕ 「ダメでしょ」「もう！」「ごめんね」
びっくりする、悲しい目で見ると…



たまたま、前を向く



たまたま、チラッと見る



たまたま、口の閉じがちょっとゆるんだ

体重の数値にだけ目を向けず、体調の変化を意識

・「空腹」を促すために必要な栄養や水分の量を医師を中心に多職種で検討します。

苦手な食形態も積極的に取り入れる

- ・嫌がる(苦手な)食べ物を食べずにいると、偏った食材しか食べなくなる(偏食)を強めたり、経験不足から食べず嫌いが進んでしまいます。また、自分で食べることができるものだけだと、「大人から食べ物を受け取る」ことが難しくなってしまいます。
- ・食べてくれるもので食べる意欲を育てたりご褒美にする。コミュニケーションをベースにして苦手なものを受け取ったり様々な感覚(食感、味覚、見た目、匂い、音)を経験する。といった関わりを具体的にお伝えします。

◆食べてくれるもの◆

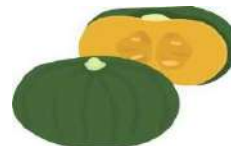
からあげ
フライドポテト
白飯
納豆
せんべい、スナック菓子
水分(お茶だけ、ジュースだけ・・・)



嫌がらない。
だけど、
栄養が足りない。

◆嫌がるもの◆

ペースト状(離乳食 5ヶ月)
粒があるもの(離乳食 7ヶ月)
お粥
じゃがいも、かぼちゃ、さつまいも
野菜



嫌がる。
だから、
経験が足りない。

食べることに注目しやすい環境作り

・姿勢: のけぞったり、立ち上がったりしにくいイスを準備します。

・場所: ①お子さんと大人と食事だけの空間(個室)
②家族やお友達が食べている空間(食卓 保育所や学校など)

・大人の座る位置: 正面ではなく、横並び・斜め前に座ります。

・テクニック例:

①顔をそむけて嫌がるそぶりを見せても、スプーンはお子さんの口からはなさないようにしましょう。

②食べることに對して前向きになることばかけをしてみましょう。

× 「これ食べる? こっち? こっち?」「イヤなのね」「嫌いなのね」

○ 「どっち食べる?」「これにしようね」「10口食べます」

③ごちそうさまのタイミングを意識してみましょう。

× 嫌がったら「ごちそうさま」好きなものだけ食べて「ごちそうさま」

○ 嫌がっても、大人が決めたところで「ごちそうさま」

(→「これ食べたらおしまいね」「10口食べたらおしまいだよ」)

