



内向的な子のすごい力

「内向的」というと、引っ込み思案、内気、恥ずかしがりや…などのイメージがあります。しかし、「内向的」はけっしてネガティブではありません。子供の持つ特質を知り、強みに生かしていくことが大切です。

1 「内向的」の3つの性質

	子供の傾向	悩み	対応方法
内向型	ひとりを好む、自分の世界がある、マイペース	「みんなと一緒に」がストレスになる	本人のペースとスペースを尊重する
HSC型	感じやすく影響を受けやすい、環境感受性が高い	刺激を受けることが、人一倍つらい体験になる	苦手な刺激・環境に配慮する 逆風より順風の子育てが望ましい
トラウマ型	傷つき体験から自信を失っている	傷つきの影響で本人らしさを発揮することができない	傷つきに気付いてケアする 関わり方を見直し、安心感と信頼感を回復する

2 内向型・HSC型の子供を伸ばす

(1) 子供の安心を優先する



怖くないよ

やっごらん

- ・不安を否定して背中を押すよりも、子供の不安を受け止める
- ・その場を乗り切っても、無理をしているだけ
- ・心から楽しんでいるわけではない

- ◎親は子供の不安を受け止め、無理強いしない
- ◎安心するまで一緒にチャンスを待ってあげる
- ◎誰かに誘われるなどのタイミングで自分から仲間に加わることができたら、それは子供にとって自信につながる



(2) 子供が好きなことに協力する 子供の「好き」は何よりの宝物

- ・誰にも邪魔されずに存分に心と身体を遊ばせる時間が
→子供の思考力、想像力・自律心を育む
- ・子供が好きなことに夢中になれるよう、時間と場所を確保し、物品の準備に協力する
- ・親と一緒に遊んだり、興味をもって子供の作品を眺めたりする

(3) 子供のペースを尊重する

内向型の子：自分のやりたいことやペースを尊重してもらえないと強いストレスを感じる
→イライラ、物事を投げ出す、口答え…

HSC 型の子：周りの意向を敏感に感じ、合わせてしまう。

→大人が気を付けて、子供のペースを守る



(4) 子供の良いところをほめる

<内向型の子の良いところ>

- 自分なりの考えがある
→自分で理解したり推測したりして、慎重な行動をとり、自分なりのやり方にカスタマイズします。常に見直しを行い、よりよい方法を模索します。
- 独自の世界観がある
→どんなことについてもよく考えます。人に言われたことや教わったことを鵜呑みにせず、自分にとっての意義や価値をよく考え、独自の世界観を生み出します。
- 責任感がある
→自分のことは自分で決めたいと考えています。一度決めたら、自分が納得するまでやり抜きます。芯が強く、泣かされず、妥協しません。人当たりはよい方ではありませんが、裏表のない誠実さが、周りからの信頼を得ます。



<HSC 型の良いところ>

- 人の気持ちがわかる
→「相手がどのような気持ちでいるのか」「笑顔だけど心配事があるようだ」「顔名は出していないが、何か怒っているようだ」など、相手の濁された気持ちや複雑な気持ちに気付くことができます。
- 思いやりがある
→相手の気持ちに共感することができます。相手を気遣い、困っていたら助けようとしたり、思いやりのある言動をしたりします。
- 洞察力がある
→一を聞いて十を知る洞察力があります。また、真実を見抜く力もあります。表面的なことだけでよしとせず、物事の本質は何かを理解しようと努めます。
- 感受性の高さや想像力
→日常の小さなことにも喜びを見つけます。また、文学や音楽、芸術に触れて感動し、想像力を使って自分も表現してみたいと願っています。



3 内向的な子の持ち味



子供の性質を短所と誤解して直そうとすると、かえってその子の長所をつぶしてしまう危険がある

自信がないと誤解されやすい

→自信ある態度を見せないなので気づかれにくい



○その子の良さ(性質)を肯定して育てていくことが大切です