

# すくすく

NO.37 平成21年10月1日発行

ひっこみ思案な子・

シャイな子の子育て方

院長 金原洋治

人の性格はさまざまです。物怖じしない明るいラテン系、穏やかで控えめな癒し系、よく気がつくシヨムニ系。同じ個性でも、その個性が、その自身に有利に働くこともあるし、不利に働くこともあります。また、人の個性は、自分自身の心模様や周囲の人の見方によって変わってくるようです。大人の役目は、子どもの個性を花開かせ、豊かに味わい深くすることです。今回は、引っ込み思案な子・シャイな子のお話です。

引っ込み思案な子・シャイな子の性格はどのようにしてできるか？

引っ込み思案やシャイな子になるかどうかは、親の育て方よりも生まれつきの素質による影響の方が強いようです。今までの研究では、生まれつき人や場に慣れにくい子が10%くらいいるようです。このような子は、乳児期から、親以外の見知らぬ人に出会うと、顔を背けたり、泣き叫んだり、人見知りが強く、20歳くらいまで追跡した研究では、2/3は引っ込み思案でシャイな性格になっているようです。

人の性格は、遺伝子などの生まれつきの素質に加え、家庭環境や生活体験などの影響を受けて歳を重ねるうちに少しずつ変わっていきます。引っ込み思案でシャイで、学校ではほとんどおしゃべりしなかった子が、同窓会などで久しぶりに会ったとき、驚くほどよくしゃべる社交的な大人に成長しているのにびっくりすることがあります。

引っ込み思案な子・シャイな子の子育て方

引っ込み思案やシャイな子は、控えめで穏やかで迷惑をかけない子が多いのですが、一方では、自分の気持ちをうまく伝えることができないため悩み、不登校や心身症になりやすい傾向があります。

それでは周りの大人は、どうすればいいのでしょうか。生まれつき人や場に慣れにくい子は、慣れない場面に出会うと、心臓が早く脈打ち、血圧が上がります。副腎皮質ホルモンが上昇します。大人だったら心臓がドキドキし顔が火照る状況です。このような子どもの体の内面的変化を理解し、子ども自身が心の奥底で、「心配だと思っていたが大丈夫だった。今度からは大丈夫だ。」と感じる事ができるように、超ゆったりペースで、気長に育てることが最も大切です。スパルタ式に叱咤激励しすぎてもますます萎縮しますし、「この子は不安が強いので、できるだけ」はさせないでおこう。「というのも考えものです。「怖いけど、ちよつと勇気をだしてやってみよう。「今度はダメだったけど、またやってみよう。」という気持ちにさせることが大切です。

家ではよくしゃべるのに、幼稚園ではほとんどしゃべらない子への対応

場面緘黙(選択性緘黙)とよばれ、Q、7%くらいいると言われています。各学校に1〜2人はいるという計算になります。それに近い子どもは

もつと多いと思います。集団デビューする3〜4歳で気づかれることが多い様ですが、シャイな子や対人不安が強い子におこりやすいようです。今までは、「成長すれば人前でもそのうちしゃべる様になる。」と様子を見ていただけのことも多かったようですが、大人になっても治っていない人が結構いることや、人前でしゃべることができないようになっても、人とのコミュニケーションがうまくいかず、人知れず悩み苦しむ人がかなりいることがわかってきました。

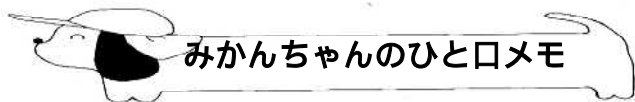
でも、早く気づぎ、適切な対応をすれば、早く人前でしゃべることができたり、人や場への不安も軽くなることもわかってきています。

## かんもくネット

2年前から親御さんや当事者の方、専門家によるネットが結成され活動を開始しています。このホームページには、場面緘黙の人の気持や対応の仕方が詳しく載っていますし、ダウンロードできる資料も沢山掲載されています。興味がある方は一度覗いて見て下さいね。

\*私も、ネットの会員であり応援団の一人です。当院には、今まで40名近くの方が相談にこられました。中には、高校生や大学生、社会人の方もおられます。周囲にそのような方がおられたらご相談をお勧め下さい。

お勧めの本：  
場面緘黙Q&A(学苑社)  
子どもの不安症(日本評論社)



## みかんちゃんのひと口メモ

\*みかんちゃんは金原家のミニチュアダックスフンドです。  
ときどき院長と一緒に出勤しています

### ～ 新型インフルエンザについて～

感染が強く疑われる時（感染者との接触、流行地域へ出かけたなど）

来院の際は先に電話を入れてください。診察まで車内や隔離室でお待ちいただきます。

発熱後、早期は検査をしても疑陰性となってしまうことも多いため、半日以上様子を見て検査をさせていただきますことでもあります。

A型陽性反応がありご希望があれば5日分の抗ウイルス剤を処方します。

#### 再診について

経過中に呼吸困難、意識障害、痙攣など症状が重い場合は、電話を入れて受診して下さい。

7日目以降、解熱して2日たっており、咳などが強くなければ登園、登校許可証を発行します。

#### 家族内に感染者が出た場合

感染者本人は7日間かつ解熱後2日間の登園登校禁止です。

家族は、症状がなければマスク着用で登園登校可能です。

出勤についてはそれぞれの職場の方針を伺ってください。

看病の際はマスク着用、接触後の手洗い、うがいを徹底してください。

#### 新型インフルエンザワクチンについて

希望者すべてが接種するには、生産量が足りません。

国が優先順位を決めている段階です。まだ、いつから、どのようにワクチンが接種されるのか詳しい事は決まっていません。

詳細や変更があれば、HPや院内掲示などで随時お知らせしていきたいと思えます。

#### 季節性インフルエンザワクチンについて

新型インフルエンザには効果がありません。

昨年度より生産量が6割程度に減っています。抵抗力の弱い乳幼児や学童により多くの供給をしていくために、今年度は基本的に高校生以下の方のみの受付にさせていただきます。

詳しいことは、当院の医師にお尋ねください。

### インフルエンザ接種（季節性） の予約を始めます

インフルエンザ接種（季節性）は予約制ですので、お電話または直接受け付け窓口にてお申込み下さい。

**予約期間** 10月1日（木）～定員になり次第終了

**接種期間** 10月20日（月）～12月下旬

**料 金** 1才～ 5才 2,000円

6才～18才（高校生）2,500円

2回目のご予約は1回目の接種が終わってから受付ます。

中学生以下の方は母子手帳を必ずお持ち下さい。

小学生以上の方や、保護者の仕事の都合で

平日の来院が難しい方を対象に、

土曜日の午後に（以下の2回のみ）

接種時間を設けています。ぜひご利用下さい。

#### 接種日時

11月14日（土）14:00～16:00

12月 5日（土）14:00～16:00

#### 院長不在のお知らせ

学会、講演や会議のため下記のとおり不在です。

10月 3日（土）10時より代診の先生

10月 7日（水）17時より代診の先生

11月 6日（金）14時より代診の先生

#### 年末年始のお休み

12月29日（火）～1月3日（日）

#### 栄養相談日

栄養士が担当します。子どもさんの栄養に関する  
こと何でも相談してください。

時間 14時～16時

10月14日（水）11月11日（水）12月 9日（水）

10月21日（水）11月18日（水）12月16日（水）

10月27日（火）11月24日（火）12月22日（火）

お申し込みは受付までどうぞ。

#### 夜間急病診療所のご案内

夜間の急病時には夜間急病診療所をご利用下さい。

場 所 下関市大学町2丁目（市大近く）

診療時間 19時～23時 電話番号 252-3789

**編集後記** 今年の夏は例年と違い、慌ただしく終わりました。  
色々病気の流行はあったのですが、やはり新型インフルエンザ  
（当院では少数でしたが...）の影響も大なり小なり...

この冬に向けてスタッフ一同、最善を尽くしたいと思います。

モモ、クリさんねん

発行人 **かねはら小児科 金原 洋治**

山口県下関市生野町2 28 20

083 252 2112

HPURL <http://members.jcom.ne.jp/28149681/>