

お子さまの気質に合わせた正しい養育方法

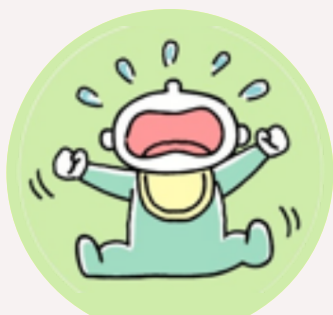
気質とは生まれもった個性や独特な特性のことを指します。気質を受け止め、理解しながらその子に合った適切な方法で養育すると子どもは高い自己肯定感や自信を育みながら成長していくことができます。気質は大きく、小難しい気質、穏やかな気質、ゆっくりな気質に分けられます。

1 お子さまの気質は？



穏やかな気質

- 変化に簡単に適用
- 生活リズムが規則的
- 新しい刺激に積極的
- 肯定的な気分を頻繁に見せる



小難しい気質

- 生活リズムが不規則傾向
- 新しい状況に馴染みにくい
- 些細な失敗にも敏感に反応
- 好き嫌いがはっきりしている



ゆっくりな気質

- 優しく穏やかな方である
- 慣れるまでに時間がかかる
- 受け身なタイプである
- 規則正しい環境を好む

2 どう接してあげるのが良いのでしょうか？

新しい環境に適応する時



穏やかな気質

新しい状況には比較的よく適応しますが、不快感や戸惑いを表に出さないことがあります。「今日はどうだった？」と声をかけながら気持ちを汲み取り、沢山愛情表現をしてあげてください。

ぐずったり、頑固になる時



小難しい気質

適応するまでに時間がかかるため、新しいことに挑戦する時は「○○ちゃんが○○しているね」、「○○ちゃんがボールを触るとよく転がるね」などと行動を言葉にして伝え、励ましてあげてください。

● お子さんが素直に感情を表ができるよう「～だから悲しかったんだね」、「～するのが楽しかったんだね」などと気持ちを言葉にして受け止め、共感してあげてください。

約束を決める時

● 要求が満たされなくても大きく落ち込むことはありませんが、お子さんの自主性を高めるために、一緒に約束を決めてあげてください。

● お子さんのペースで環境に適応できるよう配慮してあげてください。何かを無理に勧めるよりも、子ども自身が興味を持てるように見守ってあげてください。!

● 叱ったり無理やりやらせたりすると、何もしなくなってしまう。「これをやったら公園に行こうね!」のように前向きな褒めを提示し、行動が改善された時にはその都度しっかり褒めて、やる気につながるようにしてあげてください。

● 約束事について事前に説明し、子どもと約束を通じて境界線を示してあげてください。「早くして!」という代わりに、具体的な期限を決めて伝えらるようにしましょう。



ゆっくりな気質