

ひといちばい敏感な子 (The Highly Sensitive Child) 他の子と違う

- 敏感さの程度はそれぞれの子どもの個性です。
- 他の子と違って飛び抜けて敏感な子どもが5人に1人います。「ひといちばい敏感な子」と言われる子どもたちです。
- ちょっとした変化や、相手の気持ちによく気がつく子どもです。
- ひといちばい敏感でも上手に育てれば臆病になることはありません。
- ひといちばい敏感な子を育てることは「最高に幸せな挑戦」だと思います。
- 「ひといちばい敏感な子かな？」と感じたら、裏ページのチェックリストを試してみてください。

ひといちばい敏感な子 チェックリスト

1. すぐにびっくりする
2. 服の布地がチクチクしたり、靴下の縫い目や服のラベルが肌に当たったりするのを嫌がる
3. 驚かされるのが苦手である
4. しつけは、つよい罰よりも、優しい注意の方が効果的である
5. 親の心を読む
6. 年齢の割に難しい言葉を使う
7. いつもと違う匂いに気づく
8. ユーモアのセンスがある
9. 直感力に優れている
10. 興奮した後はなかなか寝つけない
11. 大きな変化にうまく適応できない
12. たくさんのことを質問する
13. 服がぬれたり砂がついたりすると着替えたがる
14. 完全主義である
15. 誰かがつらい思いをしていることに気づく
16. 静かに遊ぶのを好む
17. 考えさせられる深い質問をする
18. 痛みに敏感である
19. うるさい場所を嫌がる
20. 細かいこと(物の移動, 人の外見の変化など)に気づく
21. 石橋をたたいて渡る
22. 人前で発表するときには知っている人だけの方がうまくいく
23. 物事を深く考える

- 13 個以上○だと「ひといちばい敏感な子」の可能性がります。
- ご家族の中に同じように敏感な方がいると、子どもの気持ちがわかりやすいと思います。
- お母さんや、お父さん、兄弟もチェックリストを試してみたいかがでしょうか。
- 「ひといちばい敏感な子」に特に必要なのは「助けてくれる人がいる」という安心感です。その子のありのままを受け入れることが大切です。育てにくい子は長い目で見れば心配のない子です。

■ 参考図書

■ オリジナルです。

■ 漫画で書いてあるので、初めて読む方におすすめ。



■ 子育ての悩みを解決するための具体的な方法がわかります。

