



## 5歳の孫が極度の人見知りで心配

幼稚園年長の5歳の孫が、赤ちゃんの頃から極度の人見知りです。幼稚園は楽しく通っているようで、家ではよくおしゃべりする活発な子です。でも、公園に行くと知らない人がいると、遊ぶことができません。幼稚園の外で友達に会うと、知らないふりをします。「おはよう」や「バイバイ」、「ありがとう」を言えず、娘が促すと、娘の後ろに隠れて黙ったまま涙目になってしまいます。

来年は小学生。このままだと、友達関係がうまくいかないのではと心配しています。アドバイスをお願いします。

## 先生、教えて！

子育て・教育相談コーナー



仙台市泉区

70代・主婦

からの質問

### ●回答してくれた人

#### 本間 博彰さん

ほんま・ひろあき 静岡市出身。医学博士。宮城県子ども総合センター所長などを歴任。東日本大震災後は被災地の子どもの心のケアにも従事。2018年から「星総合病院(郡山市)精神科部長」。



「人見知り」は生後半年頃から始まり、安心を与えてくれる大事な親や祖父母と、他人を区別できる力が育ってきたことを示すサインです。人見知りは不安の一つで、知らない人を警戒し、知らない人が近寄ってきたことへの心の反応です。

5歳くらいになると、それ以上に好奇心が勝り、知らない人や新しい場所に不安を抱きつつも近寄ろうとします。近寄り過ぎて不安が強まると、その人やその場から離れ、親や幼稚園の先生の元に戻ってきます。不安が和らぐと、再び好奇心から新しいことに挑戦します。

子どもは成長すると、未知な世界に挑戦するようになりますが、この時の心のありようは人

## 不安感じる心 和らげて

見知りの時と似ています。大人になると、新たな世界や学びを得たい人は、緊張や不安を感じつつも自分の世界を広げようとしてチャレンジしていますね。

お孫さんは一般的な意味の人見知りの程度を少し超えているように考えられます。なじみのない人や大勢の人が集う場所では緊張し、不安を抱くようですね。見知っている子どもと関わることに緊張や不安を感じやすいように思えます。小学校生活では幼稚園の時と比べて、課題が多くなり、一人で取り組む、あるいは一人で耐えなくてはならない時間が増えるので、少し心配ですね。一度子どものメンタルヘルスの専門機関に相談してみてもいいでしょうか。

このコーナーは保護者からの子育てや教育についての相談を募集しています。メール、郵送のほかQRコードから応募できます。

▷記入事項 氏名、年齢、職業、住所、家族構成、電話番号、メールアドレス

▷宛先 〒980-8660 河北新報社こども新聞係。メールアドレスkyo pro@po.kahoku.co.jp

