Q 小3の娘は人見知りが強く、遊び友達でも町で会うと隠れたり知らん顔をしたりするのが心配です。

A 遊び友達はいるのですから大丈夫です。人見知りも直そうとはせず、長い目で見てあげましょう。

時間が解決してくれる

小さいうちの人見知りは珍しくありません。こんなふうだと友達にいじめられないか、生きていくのに不利ではないかなど、親は心配しますね。社交的な子と比較して、うらやましく思うこともあるかもしれません。

でも人見知りするのは、不安を感じるからで、とやかく言っても、本人がそう感じるのですから仕方ありません。

「どうして挨拶できないの」と責めたり、直そうと強要したりすると、かえって劣等感をもち自信をなくしてしまいます。

代わりに外で友達に会えば、お母さんが挨拶する様子をさりげなく見せればいいでしょう。そのうち成長していくなかで不安がとれ、人との付き合い方も学びますから、長い目で見てあげることです。

親の気持ちの持ちよう

子供を「何とか直そう」と考えるより、むしろ親御さんの気の持ちようのほうが大切です。「どうしてこうなのかしら」と、ほかの子供と比べ、可愛いと思えなくなるとしたら、そのほうが問題だからです。

それより「この子は、こうなんだ」と、受け入れるほうが、親は心が楽になります。子供も親に受け入れられているという安心感が生まれます。親に余裕ができると、子供のいいところも見えてきます。

こういう子供さんは、たくさんの友達はできなくても、数人の深く交われる友達を作るタイプかもしれません。いったん仲良くなると、長続きするのです。

子供はその子なりのペースで年々、成長していますから、親は他の子供と比べたりしないで、1年前に比べてどう成長したかという視点で見てあげたらどうでしょう。