

# 色タイプ別の特徴とやる気を引き出す声かけ

「さっきまでやる気だったのに……」「なんて声をかけたら?」と、子どもの気持ちで悩んでいませんか?そこで今回は、カラーセラピストのうめがき先生に、子どもの心の状態を色で表す分類の方法と、それぞれの色の子どものやる気を引き出すための声かけの仕方についてアドバイスをいただきました。



Sunny Spot Clover  
うめがき リエ先生

男の子2人の母。岡山市、瀬戸内市、備前市を中心に、さまざまなカラーセラピーのセッションを行っています。



## イエロータイプ

好奇心旺盛でいろんなことに興味があるため落ち着きがないように見られます。一人は寂しいのでみんなと一緒に楽しむのが大好きです。



## グリーンタイプ

周りの雰囲気を読むのが上手です。周りの様子を見て、どんな発言をして、どう動いたらいのか考えてから行動します。



## ブルータイプ

約束、時間、ルールは守るべき! 何事もきっちり、しっかりと、ちゃんとしています。



## オレンジタイプ

いつも前向きで毎日楽しい! 親しみやすくコミュニケーションが上手で、みんなから注目されると気持ちが良いです。



## ピンクタイプ

レッドのやる気で頑張ってきたけど、今は頑張るエネルギーが不足中。だから、いつもは自分でしていることも「ママやっ」と言ったり、抱きついたり膝の上に乗ってくるなど甘えてきます。

## レッドタイプ

やる気に燃えて絶対にやってみよう! と周りが見えなくなるくらい頑張り屋さんです。



## ブラックタイプ

今はそっとしておいて、近寄らないで! 周りとの間に壁を作って、入って来ないように威嚇しています。



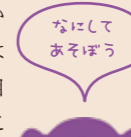
## ホワイトタイプ

結果がダメだと分かっているなら最初からやりません。やるからには完璧な結果を求めないので、合格点がないものや失敗はなかったことにします。



## パープルタイプ

気の合わない人といるのは苦痛です。自分の好きなことに没頭している時間が何より大切です。



## ライトブルータイプ

ブルーの「きちんとちゃんとしなきゃ」と自分で自分を縛っていたのが窮屈になり、自分を解放して、とにかくのんびりしたい! 髪がボサボサでも一日中パジャマでも気になりません。ボーッとしたいのです。

## ピンクタイプへの声かけ

甘えてやる気の充電中です。優しい言葉やスキンシップをとることでやる気を取り戻せます。



## オレンジタイプへの声かけ

今よりも上を目指すための努力と一緒に喜ぶとやる気もUPします。



## イエロータイプへの声かけ

気が乗らないと勉強できないため、勉強も楽しみながらすることを理解しましょう。



## グリーンタイプへの声かけ

焦らされるとストレスとなるので子どものペースを尊重しましょう。



## ブルータイプへの声かけ

計画通りにしたい気持ちを尊重し、急な変更はなるべく早く確認をとるようにしましょう。



## やる気を引き出す声かけ message

自分のペースでいいからね

志望校目指してがんばろう!

そろそろやるかな

## レッドタイプへの声かけ

一生懸命に頑張っている子どものサポートに徹し、頑張りを言葉でしっかりとねぎらいましょう。



## ブラックタイプへの声かけ

何かに傷つき、これ以上傷つきたくないと周りとの距離をとり自分を守っています。何があったのか心配になりますが、今は、あれこれ聞くことはせずにそっと見守りましょう。



## ホワイトタイプへの声かけ

真剣に勉強に取り組んでいる分プレッシャーも抱えていることを理解し、今以上の成果を求めたりせずにできているところを認めた声かけをしましょう。



## パープルタイプへの声かけ

自分のやり方での勉強にこだわりがあるので、子どものやり方を理解して見守りましょう。



## ライトブルータイプへの声かけ

緊張からやっ和小休憩できているので、しばらく見守りましょう。



### うめがき先生より

子どものやる気を引き出す声かけは何色でしたか? この色別の意味を注意点として関われば子どもへの声かけも変わります。ですが、これはあくまで自分からの見方なので、我が子はこの色だ! と決めてかからないでください。人の心はカラフルで、相手や状況、環境で表す色は変わります。お子さんとのズレを感じたら何度でも修正できます。もっと子どものことを知りたい、具体的に関わり方を知りたい、自分自身を知りたい方はいつでもご相談ください。子どもの心に寄り添うあなたの心に寄り添い応援します。

### Sunny Spot Clover

色彩心理学CUBIC / 色彩心理学CUBICバステルアート  
ハッピー子育てカラーコミュニケーション「キュービック・ママ」  
色彩心理学CUBICカラーメンタリング®  
アドラー心理学ワークセミナー



### カラーメンタリズム

色を使って望み通りの人生を手に入れる!

飯田 暢子 / 著 株式会社 フラックス. 2017.6.24  
<https://flax-cubic.com/>

自分と相手の色キャラを知ればコミュニケーションの悩みもスッキリ解決!

