

ポジティブ子育てと一緒に楽しんでみませんか？

子育てに悪戦苦闘しているあなた、コロナ禍は発想の転換のチャンス。アフターコロナは子育てだって大きく変わるかも。日々、アップデートが必要。子どもの未来をつくるのは親の責任なんてもう古い。親として親だからと自分を縛らないで、子どもと共に生きる一つの人間として、今のあなたを大切に、ゆるーく、子育てを楽しみましょう。

★子育てが実はすごい！

福井県や鯖江市は、国連が提唱したSDGs(持続可能な開発目標)に取り組んでいます。実は、子育てにはSDGsがいっぱい。子育てしながら世界共通の目標が実現できるなんて一石二鳥、すごいことです。子育ては時代の先駆け。これからの時代は、親も子どもグローバルな視野で物事をとらえていきたいものですね。

★子育てにも「ポジ活」を！

日頃思っていることや、口に出してしまっていることを違う面から見直してみませんか。たとえば、よく言われる次のような言葉は、ポジティブ語に変換して、子育ての「ポジ活」を始めましょう。

ポジティブ語訳「うちの子ったら・・・」

何時間もゲームばかりして勉強しないのよ。このままだと将来が不安だわ。	時間を忘れるくらいゲームに集中できるから、将来、きっと自分の好きなことを身につけると思うわ。
家へ帰るなり、すぐ友達の家へ行って遊んでばかりで勉強しないのよ。	社会的で人付き合いがいいのよ。子どもは遊びの天才。親がいないと遊べない子どもの方が心配。
すぐ口答えして、素直に聞かないの。親の言うことに耳を貸さないし、反抗期かしら。	すぐ疑問を感じるタイプだから、人の話を簡単に信じてたまるわってことはないと思うわ。意思の強さが出てきたみたい。自我の芽生えね。
食べ物の好き嫌いが多くて、給食を残すみたい。好きな物はおかわりするらしいけど。	家庭の味に慣れているから、給食の味付けが口に合わないのね。給食風のメニューや味付けにして、家でも作ってみようかしら。
自分の気持ちが言えなくて泣いてばかりいるみたい。友達ができないんじゃないかなとかと心配なの。	思いやりがあるから相手のことをまず考えてしまうのよ。涙もろくて感情が豊かなの。自分か本心を話せる友達を探しているみたい。

★育児は「育自」・子育ては「自分育て」！

「子育てに近道はない」とよく言われますが、遠回りもOK。逃げ道だって、困ったときに相談できる関係機関がたくさんあります。親だからと言って、子どもの手本にならなくても、弱音を吐いてもいいんです。子どもと一緒に、一歩一歩、歩んでいきましょう。忙しいときほど、心に栄養を。読書は心を耕し、豊かにしてくれます。親子で本のページをめくってみるのもいいですよ。

鯖江市文化の館おすすめ

～親子で読んでほしい本～



〔未就学児〕
『きょうはなんのひ?』
瀬田貞二/作 林明子/絵
福音館書店



〔小学校低学年〕
『ロバのシルベスターとまほうのこいし』
ウィリアム・スタイグ/作
評論社



〔小学校中学年〕
『かんばれヘンリーくん』
ペバレイ・クリアリー/作
学習研究社



〔小学校高学年〕
『風船で宇宙を見たい! やってみることから開ける無限の未来』
岩谷圭介/著 くもん出版

★「はぐくみコーナー」開設

夏休み期間中、鯖江市文化の館にて、今回おすすめの本を集めた「はぐくみコーナー」を開設します。親子で過ごす大切な時間、読書をしてゆったり楽しんでみてはいかがでしょうか。

涓滴

子育てのヒント 「肩の力を抜いて 子育てを」

コロナ禍、社会全体だけでなく、家庭内でも精神的余裕をなくし、ぎすぎすした雰囲気になる場合が多いようです。こういう時ほど、子どもたちに対して、心に余裕をもって接していきたいものです。

では、余裕がもてる環境はどうつくればよいのでしょうか。余裕が生まれる子育てのヒントを考えたいと思います。

子育て支援のネットワークを活用して、少し肩の力が抜ける環境づくりを試してみたらどうでしょうか。「時間が足りない・助けてほしい」というお母さんの思いがあるように、お母さんやお子さんを助けたという人たちもいることを知ることが大切だと思います。児童館などの活動に参加してみて、同じように困っているお母さんたちの声を聞き、救われたという声も聞いています。子育ては、多くの人にかかわってもらうことだと考え直してみると、肩の力が抜けると思えます。

子どもとの「コミュニケーションを「あたたかいふれあい」の時間として捉え直してみるのも一つです。家庭内で、一日五分でもいいので「子どもの声に耳を傾けていく」「子どもの言っていることを繰り返す」「何気ない行動を褒めていく」などです。「○○してるね」「テストで疲れたよね」「お腹減ったよね」等、子どもの声を繰り返すと、家庭の雰囲気やゆっくり変わっていくようです。お父さんやお母さんに聞いてもらえたという思いをもつからでしょう。逆に子どもにも「質問攻め」「命令」「批評的」「言動を重ねていく」と、家庭内に緊張関係が生まれると言われることがあります。ちよっと、親子の会話の流れを変えてみてはどうでしょうか。

「コロナ禍の厳しい環境だからこそ、子どもたちは会話による繋がりを求めています。そういうコミュニケーションの場を少しずつ作り、子どもの反応を楽しんでみてはどうでしょうか。」

※「涓滴」は「たまり水」の意味。こぼれ集まれば、やがて大河となる。この願いを込めて。