

第3弾 令和5年 2月 9日(木) 特別講演会

参加者 5組

(大人 5名 乳幼児 6名 計11名)

「子育てを楽しむコツ」



みなさん子育てを楽しめていますか？

楽しい時もあるけれど、どうでもないこともあるのが一般的。子育てをしている人の5%くらいは「つらい時が多いなあ」と感じているが、概ね「楽しい」と感じていらしゃる。共働き家庭が「いつも楽しい」と思っている人が多く、「子育てがつらいな」は、共働きだと1.4%だが、専業主婦はその2.3倍(6.2%)。



ほどよい子育て？

- 子どもをしっかり「育て」ないで、と気負わず、「育つ」力を信じて見守ることも大切
- 子どもに積極的・応答的に関わり制限などについての子どもとの衝突を調整する、食や安全など生活環境を整えるなど、子どもの「育つ」力に寄り添うことが大切

これでいいんだ

育児者通いに行かないから心配？
他の子どもと違うから心配？
それは目安、他の子をずっと見ていますか？
そればかり気にしていると、子どもが見えなくなってしまう。

あなた自身の感性や感覚を大切にしてください

そんなに間違ったことはしていないはずですよ



講師:

別府大学短期大学部初等教育科 准教授 菅原 航平 先生

アロマゼリング

皆さんが普通、当たり前と思っている日本の母親による子育てが一般的になったのは、ほんの5、60年ほど前(皆さんの祖父母世代が親世代を育てる頃から)
→祖父母世代以前は別の育ち方をしている場合が多い

人類史(約30万年)の歴史の中で子育て(アロマゼリング)をしており、子育てが母親のみの役割ではなかった。
○母親にとっては、育児放棄の脅威(他の動物とは違ふ)
○アロマゼリング(香り)は、何となく自然に子育てをする。自然発生的な成長の助けになる。
○子育てとしては、母親と積極的に関わりあうのは、人との関係により社会性(社会的な適応)が促される

子育てと就業の両立

「家事・子育てのために早く帰宅しようとする際に、職場の上司や同僚の視線が冷たい・気になる」
→男女とも3〜4割

父親が平日に子どもと一緒に過ごす時間が長くなるほど、母親の負担感が減る
→父親が積極的に子育てにかかわっていくことは重要

当たり前 と思っている日本の母親による子育てが一般的になったのは、ほんの 5、60年ほど前

人はずっと集団で子育てをしていました

母親のみが子育てをするというのは異常な状態

父親が平日に子どもと一緒に過ごす時間が長くなるほど、母親の負担感が減る
父親が積極的に子育てにかかわっていくことは重要

父親は約 9割 の人が子育ての悩みを相談できる人がいない
父親への子育て支援も重要



親としての発達課題

子どもを持てば自然と「(生物学的な)親」にはなれるが、自然と「適切な 養育行動」がとれる」ようになるわけではない
親としての発達も必要とされ「育児は育自」というような言い方をすることも

子育ての負担感

子どもにしっかりと関わろうとするほど、イライラ、嫌だと思ふ、一生懸命しているのに子どもに裏切られた感じ等、ネガティブな感情を抱くことも 増える

関わりのバランス

厳しく、子どもが親のいうことに服従することを求め、異なる主張をすると罰を与える
→問題行動が少ないが、自尊心や自律性が低い

子どもに対して非常に寛容な態度を取り、それが不快なものであっても我慢する
→自尊心は高まるが、衝動コントロールや社会的責任の発達が滞る

叱る

- 叱るはその行動が一時的に止まるが、長く続くわけではない
- 叱られたことだけでなく、活動全体に消極的(自己肯定感が低下)になる
- 叱られるようにする行動が身につく
- 叱るが子育ての目的になり、叱ることが目的になり、叱るという行為は必要



①周囲に頼り、子育てに協力してもらわないと楽しむ余裕をもつことは難しい

コツ1つ目 サポートしてもらえ環境を作る

②こうあらねば、ここまでできていなければと強く思わない

コツ2つ目 ほどほどで、これでいいんだと思う

③しっかり眠る 睡眠時間が長いと自分のことが好き

コツ3つ目 どうしても子どもが小さいと睡眠不足気味になるが、少しでも質を高める



幼児の日常生活と親の子育て意識の変容を、子育てを楽しむコツとしてお話していただきました。参加者からは「子育ては大変ですが、気楽にしようと思いました。」「周りのサポートの必要性、子育ては一人でなくても良い、周りの皆で育ててくれたら良い、と思えると子育てが少し楽になると思いました。」「改めて、日々の子育てをふり返り、「これでいいんだ」と気づくことができた。これからも悩みながら、「まあ、いいか」と思いながら過ごそうと思います。」「考えすぎずに自分の思うままに子育てすることも大事だと勉強になりました。具体例を挙げて話して頂いたので、とてもわかりやすかったです。」など、とても好評でした。