

## 親と子のいい関係

～子育てが楽しくなるための“こどものみかた”～

### 現代の子育て親事情

「生んだらゴールかと思ったら、そこからスタートだった！」

#### 1. 子どもを知らないための不安

我が子を産むまで、赤ちゃんを抱いたことがない人がほとんどになっています。

- ・口で教えればできるようになると思っているために、不満不安をもつ。
- ・成長過程を知らないために、過度の要求をしていららする。
- ・個人差を認められず、平均値を気にする。

#### 2. 情報過多による混乱

- ・インターネット・SNS に過剰反応。
- ・育児雑誌・WEB マガジン
- ・テレビ・有名人の子育て情報
- ・乳幼児教室
- ・講演会

勉強を通して学ぶことになれているので、頭で正解を理解したいと思う、ところが実際の子育てとのギャップに混乱。さらにネットでは同じ年で、我が子より発達の早い子が目につき、焦ったり、落ち込んだりする。

#### 3. 住宅事情（生活空間）による精神的圧迫

- ・集合住宅での上下左右とのトラブル、気遣い。
- ・隔離された親子だけの生活空間。（コロナ禍は厳しい状況にありました）
- ・遊び場の問題。保証できない子どもの遊び。
- ・きちんと清潔に暮らしたい親の欲求。

#### 4. 子どもを持つ同士の人間関係

- ・みんなと同じにしないといけないという強迫観念。ひとりぼっち不安。
- ・子どもの比較 10人10色とは思っていない。「良い子・良い母親像」
- ・我が子を通しての自分の評価

### 親の気持ち

人に迷惑を掛けてはいけないと育てられてきたので、弱音を吐けない、誰に頼っていいかわからない。

「いい子に育てなければ」と、我が子を育てる責任に押しつぶされそうになっている。こんな大変なら生まなきゃよかった。早く誰かに託したい=保育園に長時間預けて仕事に励む。「うちの子のトイレトレーニングはいつやってくれるのですか？」と言う親。お金をかけて、プロに託して、育ててもらうのが親の役目にすりかえられている。いままで正解のないことを経験していないので、子どもに腹が立つ。思いがけずに手をあげたり、暴言を吐いたり自分とは思えない行動に驚く。いつも先のことを心配して困っている親が多い。特に偏りのある子どもの場合は深刻。発達診断を受けて楽になる人もいるが、落ち込んでしまう人もいる。背景に支える人がいるかどうかにもかかっている。

### 子どもの気持ちと発達

子どもは今を全力で生きている。どんな国でも、どんな時代でも、子どもはオギャーと産まれ育っています。「泣く」と「おっぱいを吸う」という二つの本能を持って生まれてきた。人間として育つ能力をもっているのです、教えなくても自ら育っていく。寝返り、ハイハイ、たっち、歩く、声を出す、話し始める・・・そして、対話を求める。保護してくれる人がいなければ生きていけないという危機感を、人間の子どもの6歳くらいまでもっていると言われています。だから必死に命綱にしがみつきます。安心したいのです。その変化を伝え続ける伴走者がいると、子どもの成長は健康に育まれる。変化のたびに喜んでくれる環境があれば、心も安定して育っていきます。

### 親子関係を第三者が繋ぐ

『心に添う』一人ではないという安心感。ともかく、ひとりひとりの心に添いましょう。心に添うというのは、気持ちを察すると言うことです。「たいへんだね」「つらいね」「うれしいね」などと、ひとこと、もしくは背中をさすだけでもいいのです。私の事を気にかけてくれている人がいるというだけで、孤立感から解かれ安心できるのです。子どもと違って、おとなの表情は読み取りにくいのです。声かけをしながら内面を想像します。私達の常識ではなく、親たちの常識に耳を傾けて、興味を持ちましょう。その人の生い立ちや連れ合いとの関係が絡んで悩まれている場合が多いですから、説教したりアドバイスしたりは空振りになりかねません。コミュニケーションの数だけ距離は縮みます。効率悪く、失敗もしながら、関係は積まれていきます。

『否定しない、比べない、評価しない』

子どもをほめる、かわいがる。

自分の体験談を一例として話す。

正しい、間違っているという評価を避ける。

母親同士が話せるきっかけ作り。気の合いそうな人を繋げる。

お互いに信頼関係ができてから、アドバイスをすると聞く耳もってくれます。

子育て中の人には感情と思考が停止していると思うことがあります。

そこで、ひとりじゃないよ、いっしょに子育てつきあうよという人がいることで、余裕ができます。すると、感情や思考が動き始めるのです。自らの自分を取りもどし始めるのです。教え育てるのではなく、その人自身が自分らしく子育てしていくことが今後につながるのです。程よい支援はむしろかしいです。失敗しながら磨いて行けばいいのだと思います。

人にとっての幸せは親子関係が大きく関わっている気がします。選ばずして出会い、いやでも取り替えがきかず、捨てることもできない。親に愛されたかどうかを一生引きずっている多くの人があります。見えない臍へらのうは一生繋がっているのです。

親の与えようとする愛情と、子どもが求めている愛情はすれ違っていることが多いのです。親は将来、困らないように、人に好かれるように、社会的に活躍できるようにと先を心配して育てます。子どもは今、愛情を確信したいのです。今の気持ちを受け止めて欲しいのです。このズレが共にイライラになったり、暴力になったりしていくこともあります。

親の気持ちと子どもの気持ちを通訳し、臍へらのうの流れをよくしてあげるには他人が必要なのです。

保育の現場、支援の方々、地域のおとなたちの力なくして、親と子が安心できる状態を作ることは難しいのです。つまり、迷惑を掛けていい人間関係がいること、そんな人を持っていることが生きやすさに繋がることを伝えていきませんか？

やがて大きくなったとき「産んでよかった」「この親でよかった」と思える親子になって欲しいです。そのためには周りの人の見守る力が絶対必要なのです。現代はそれが欠けていることが少子化の要因にもなっていると思います。