



～情報過多時代の子育て～

今の時代はネットで知りたい情報がすぐに調べられ、SNSで色々な人と繋がることもできて、子育てに関する情報は容易に手に入ります。その反面、情報が多すぎて「もっと子どもに〇〇してあげないといけない」「早く〇〇できるようにさせないといけない」とあせることも多いように思います。

乳幼児期に大事なことは、「自分は守られている」「自分は愛されている」と子ども自身が感じられることと、安定した日々の生活です。当たり前のことのようですが、こうした環境の中で人への信頼関係が築かれていきます。それに加えて、楽しい経験・面白い経験があれば、子どものころは豊かに育っていきます。必ずしも特別な経験である必要はありません。砂場で山を作った、じっくりありを観察した、満足いくまでブロックで遊んだ…そうした達成感を感じられる活動があり、それを一緒に喜んでくれる大人の存在があれば十分です。

子どもには1人1人個性があり、保護者のライフスタイルも多様になっています。ネットで知った情報が必ずしも我が子の子育てに役立つとは限りません。あせってしまう時には情報から少し距離を置き、目の前の子どもをじっくり観察しながら一緒に楽しむことを探すのもいいかもしれません。それでも子育てに迷うときには、子育て相談課でもご相談にのることができます。お気軽にご利用ください。

子育て相談課 母子保健・相談係 臨床心理士 飯塚 絵美