



～「いい親」「ほめて育てる親」になりたいけれど難しいと思う時～

たいていの親は、「いい親」になりたい、「ほめて育てる」のはいいことだと思っているのですが、いつもいい親で、ほめ続けるのは難しいでしょう。子どもをひどくしかっては反省する、の繰り返しかもしれません。また、いつも正しい親であろうとすると、子どもにも正しい子、いい子を過剰に求めてしまうことになり、親子とも苦しくなりますね。イライラと感情的になっている自分に気がついたときは、ふっと息を抜いて、「まっいいか」「またこんどでいいさ」などおまじないの言葉をつぶやき、子どもには「怒りすぎてごめん」とさっと謝って水を飲み、その場は終わりにしましょう。

あなたがなんとなくイライラしているときは、子どもの遊びと一緒に入ってみませんか。ちょっと大人のカラをぬいで、遊びに余計な口出しもしないで、仲間の一人としてまねっこをしてみましょ。子どもの気持ちに少し近づけるような感じがすると思います。赤ちゃんの夜泣きが続くと親も疲れやイライラがたまります。今回は夜泣きを改善できる方法を考えてみましょう。