

## Q17

子育てに自信がなく  
辛くなることがあります。  
どうしたらよいのでしょうか。



A

毎日大変な中、とにもかくにも、ここまで育ててこられたこと、本当によくがんばってこられたと思います。

自信がないとおっしゃいますが、おそらく「子育て」私は自信がある、という親御さんは、ほとんどいないのではないのでしょうか。表面的には、何の苦もなく育てているように見える人でも、皆さん、結構、

悩みや不安を抱えておられます。

いくつで親になろうが、みんな最初は素人ですし、自信はないのです。最初から完璧な親になって、それから子どもを産むのではありません。不完全なまま、未熟なまま、子どもを産んで、それから、子どもと一緒に成長していくのです。

自信がないのが普通だし、試行錯誤している、毎日子どもに振り回されている、ということは、逆にちゃんと子どもに目がいつている証拠ではないかと思います。

また、自信がないからこそ、人にも聞こうとするし、学ぶ姿勢も生まれるのではないかと思います。

私がむしろ心配なのは、自分の子育てに自信がある、私は完璧な子育てをしてきた、という方で、本当に完璧ならいいのですが、ともすれば、親の理想の子育ての押しつけで、子どもが我慢して、必死に合わせている場合があるのです。

あるところで、お母さんに何を求めるか、と子どもにアンケートをとったところ、「失敗してほしい!」というのが一番だったそうです。何でも完璧にこなして、それを周囲にも求めるお母さんより、多少、失敗しても、「ハハハ、また失敗しちゃった」と笑ってごまかすお母さんの方が、子どもは安心できるのかもしれませんが。

ぜひ、自信がないことに、自信をもってください。

もう一つ子育てが辛くなる背景として、家族の協力が不在なのが案件多くあります。

夫が協力してくれない、同居が辛いなどです。子育ての不安、辛さをまずは夫や家族に相談してみましよう。それでもなかなか理解してもらえない時は、信頼できるママ友だちに相談したり、あるいは、地域の子育て支援センターで、相談するのも一つの方法です。みんな同じ悩みを抱えているので、こんなこと聞いたらおかしいんじゃないかとか思わずに、気軽に相談に行ってみてはいかがでしょうか。