

新年あけましておめでとうございます

育児にまつわる様々なご相談をお受けしています関谷です。

早いものでこのクリニックでお仕事させていただくようになって6年。。

気持ちとしては、もっともっと相談の時間を作って、多くの方とていねいにかかわっていきたいのですが、病もあり、今くらいの仕事量で精いっぱいなのです。

それならば、育児に関するコラムでも書かせてもらえれば、たとえ小さなアドバイスであっても新米お父さん、お母さんのヒントになったりするかもしれない。そう言ってくださる方がいらして、なるほどそうかもと思いました。

そういうわけで、2019年から月1回、育児に関するコラムを書いてみようと思います。

さて、お正月はどのようにお過ごしになりましたでしょうか？

普段は忙しいお父さん、お母さんがお休みで、ご家族そろってゆったりと過ごされていましたか？お正月らしい遊びはしましたか？

良い親子関係を築きたいなら、まずお子さんをよく見る、お子さんの言っていることをよくきくところからはじまります。

言うまでもありませんが、「やさしい、あたたかな眼差しで」です。

もし、あなたのことを“ちゃんとできているか？”と不安そうに、あるいは、“こんなこともできないのか、ダメねえ”と見られていたら普段通りの力を発揮できますか？

余程ハートの強い人でもなければ、ぎゅっと身の縮まるような雰囲気の中では自ら成長する力を十分に発揮することもできないでしょう。

子どもがてきぱきとできずに、もたついているとイライラしてきてしまう。こんな場面を経験されたら、あまり得意ではない新しいことをはじめられるといいです。謙虚な気持ちになりますし、できない苦しさをちょっぴりでも思い出せるから。

子ども時代のお正月・・・父は凧をあげるのがものすごくうまくて、初詣の帰り、海岸で地平線のはるかむこうまで風に乗ってとんでいっても凧を糸で微妙にコントロールしている砂浜の父の姿が思い浮かんできました。新しい年のはじめに父親へ尊敬の気持ちをもてたこと。幸せな子ども時代だったと思います。