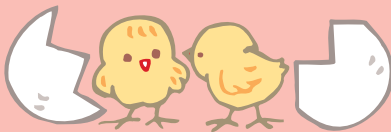


子育ての不安
Q&A



大丈夫よ。

～お母さん、どんな子育てが したいですか？～



教育コーディネーター:中西美沙子先生

Q

それでは、どうすれば不安から少しでも
解消されるのですか。

A

悩みの中に孤立しないことが大切。少
しの時間でもいいから夫に子育てに参
加してもらい、「子育てを共有」するこ
とや、自分の親などから情報をとるこ
とが大事です。そのような環境を選ぶ
のが難しい方は、できるだけ身近に、子
育て中のお母さん、あるいは先輩を探す。
そして日常的に仲良くする。マンション
生活や転勤族は、地域との関わり合い
が薄くなりがちですが、積極的に外にで
る努力が必要だと思えますね。こまめ
に地域の子育ての情報を探すのも方法。
とにかく悩みを心とりで抱え込まない
こと。子育てって、思い通りにならない
のが常。同じような悩みを交換すれば、
マニュアル通りにいかなくても、「ああ、
これで大丈夫なんだ」と思えます。

Q

子育ての不安はどんなところから生ま
れるのですか。

A

「これで良い」と自分が納得できない状
況があるのだと思えますよ。それは自
分の子どもと他人の子を比べる傾向が
あるからだと思います。他所の子より
自分の子どもが劣っていると必要以上
に感じるものが、不安をあおっているの
では。勉強のさせ方にも、その傾向は表
れています。小さな頃から「英才教育」
なるものに子どもを駆り立てる親も、き
っとそんな不安の感覚にとらわれてい
るからでしょうね。



Q

今は、核家族化が進んだせいでしょうか。
子育ての不安を、多くのお母さんたち
から聞くのですが。

A

確かに、不安の時代ですね。講演に行く
と、質問からそれを感じます。子育ての
マニュアル本は本屋さんへ行けば迷っほ
どありますが、読むほどますます不安は
増すのではないかしら。子育てに特効
薬はないですからね。これさえあればう
まくいく、などというものは最初からな
いのです。もっと地道なそして積み上げ
てゆくものですね、生活の中で。

中西美沙子プロフィール

教育コーディネーター。執筆・講演活動の傍ら、
文章教室「スコレ」・画廊「キューブ・ブルー」
(浜松市中区元城町)を主宰。文章教室「スコ
レ」では、小学生から大人まで幅広い層を対
象に、ただ書き方を教えるのではなく、「この
時代をどのように生きるか」を見つめさせるよ
うな試みをしています。

お問い合わせ先:Tel.053-456-3770

ホームページは [中西美沙子](#)



著書の「ピアノシモでね」(東京書籍)
は、中日新聞に連載した人気コラム「つ
かまえて!こころ」をまとめたもの。
同著には、親子の問題もいろいろ描
かれています。(税込1,500円)
=お求めは浜松市内の谷島屋で=

