

子育てには休日がない。

大変な子育てだからこそ、たまにはひと息が必要。

よくよく考えてみると、子育てには休日がありません。

会社や学校には休日があっても、子育ては24時間、付きっきりです。

特に小学生に上がるまでの幼い時期は、最も手がかかる時期と言っていいでしょう。

幼い子供は、まだ分別がついていません。

分別がついていないからこそ、大人が考えもしないような思いもよらない動きをします。

ナイフやフォークを遊び道具にしたり、包丁をつかもうとしたり、ビー玉を飲み込もうとしたりします。

まったくもって気の休まる暇がありません。

だからこそ、ストレスがたまりがちになります。

休日がない子育てだからこそ、たまにはひと息が必要です。

時には、子育てに休日を作ってみませんか。

たとえば「結婚記念日のディナー」や「気分転換の温泉旅行」などです。

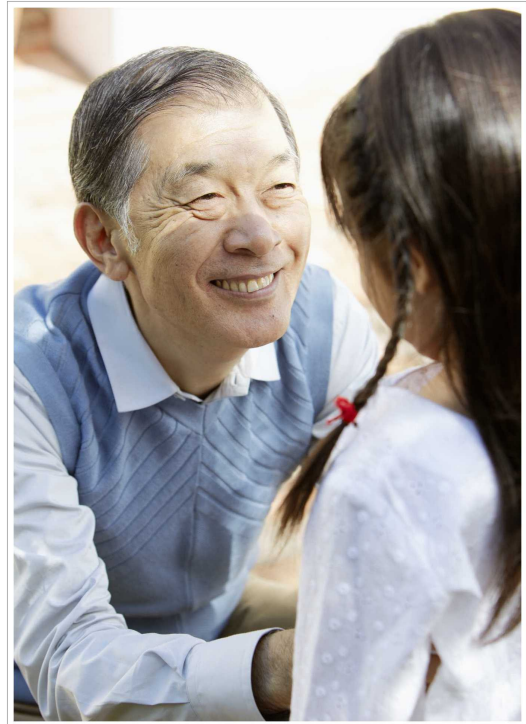
父と母とが出会った結婚記念日くらいは、子育てから解放され、少し豪華にディナーを楽しみたいと思うでしょう。

格式のあるレストランで落ち着いて、食事を楽しみたいと思います。

そういう時間があれば、また子育てを頑張っていこうという気力も湧いてきます。

温泉旅行も同じです。

気分転換に思いきって、温泉に浸かりに少し遠くまで行きたいと思うこともあるでしょう。



日々の雑踏から離れて、まったく違った世界に浸ると、いい気分転換になるはずです。

子育てから解放され、2人でのんびり温泉に浸れば、ストレスの発散をしたり、英気を養ったりできるはずです。

「子育てが忙しくて、そんな余裕はない」

本来、そういうときこそ、子育ての休日が必要です。

限界に達してから対処をするのではなく、限界になる前に対処をすることです。

むしろそういう時間こそ、子育ての質を高めるために必要です。

心と体に余裕を作ることで、子供と接する態度もよくなります。

子育てをする親にも「子育て休暇」が必要です。

まず頼るべきは、祖父と祖母です。

ほんのわずかな間、祖父や祖母に子供を預かってもらいます。

もちろん何週間も預けるわけではありません。

ほんの1日か2日程度です。

「結婚記念日だから」

「気分転換をしたいから」

きちんとした理由を伝えれば、きっと理解してくれるでしょう。

祖父や祖母がすでに他界して頼れる人がいない場合、近くにある保育所や友達の家族などを頼りにしてみましょう。

もちろん断られることもあるでしょうが、理解してくれるところもあるはずです。

長丁場にわたる子育てです。

ストレスがたまって爆発してからでは、遅いです。

体力や時間に余裕があれば、休暇を作る必要もないですが、余裕がないときには、上手に休暇を作るようにしましょう。

幼児がすくすく育つ教育方法(1歳~6歳) その27

たまには子育てにも、休暇を作る。