

ひとりで頑張りすぎないで ～シングルマザー・シングルファーザーのみなさんへ～

明治大学文学部教授 諸 富 祥 彦



私は、もう 30 年以上子育てカウンセラーとして、多くの方の子育ての相談にのってきました。

シングル家庭は、やはりたいへんです。「もう、これ以上、がんばれない」

そんなギリギリの状態、ふみとどまっている方も少なくないと思います。

仕事、子育て、家事。

仕事、子育て、家事。

ただ毎日、ひたすら「仕事、子育て、家事」の連続。

「休まる暇がまったくない」

「いつも追われている感じがする」

「自分の時間なんて、まったくない」

これがシングルマザー・シングルファーザーの方の本音ではないでしょうか。

「幸せを感じる時っていつですか？」

という質問に対して、あるお母さんは

「ポーッとしている時です。とにかく、いつもやることばかりに追われていて。ポーッとする時間すら、なくて」
そう言います。

そんな厳しい状況の中、みなさんは、ほんとうによくがんばっておられます。

責任感の強い、熱心なみなさんは、こんな悩みを語ります。

「やっぱり、パパ（ママ）がいないと、子どもによくないですよ」

「わがままな子どもにならないかと、心配で・・・」

「父親がいないと、打たれ弱い子になってしまわないか心配です。やっぱりそのぶん、きびしく育てたほうがいいんですよ」

このように、みなさんは、さまざまな心配を抱きがちです。

しかし、心配は、ご無用です。

シングルマザー・シングルファーザーに育てられた子どもは、人に対するやさしさを持ちやすいと言われることもあります。

お母さん、お父さんが苦労して育ててくれることがわかっている、人に対するやさしさや、いたわりの気持ちを持ちやすい、というのです。

「わがままな子」に育つ心配はありません。

むしろ、一点だけ心配なのは、「子どもに厳しくしすぎてしまいやすい」という点です。

「親が一人しかいないので、甘えた子にならないように、ちゃんと、厳しくしつけなくては」——そんな気持ちから、子どもに厳しくしすぎてしまうところがあります。

結果、「親への甘えが足りない子」になりやすいのです。

子育ては、時間ではありません。質が肝心です。

忙しい中、せつかく子どものために時間をつくったなら、思い切り楽しく遊びましょう。思い切り、子どもに甘えさせてあげましょう。

それがお子さんの心の安定や、成長につながります。

