

お父さんの子育て



子育てに積極的に関わりたいと思っているお父さんが増えている中で、実際には子育てについてどのように関わっていこうかと悩んでいる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。「お父さんの子育て」を楽しむためのヒントをいくつかご紹介します。

ヒント①

お父さんを楽しむ！

子どもは、あっという間に成長をしていきます。笑った！立った！しゃべった！など、今しかない『いま』を大切にしてください。子育ては、『いま』に出会える貴重な時間です。そして、笑顔というたくさんのパワーを、お子さんからもらってください！ぜひ、お父さんを思う存分楽しんでください。



ヒント②

思いやり

子育て中は、なかなか自分の時間がとれないですね。毎日大忙しの中、お母さんは、産後の体調の変化で気持ちも不安定にもなりがちです。お互いに相手を思いやりながら、家族で家事や育児を楽しめるといいですね。



ヒント③

量より質を大切に

お子さんが起きる前に出勤し、帰宅はお子さんが眠ってからという方もいらっしゃるのではないのでしょうか。なかなかゆっくりとした時間が取れない中では「量より質」という考え方も1つです。子どもと一緒に過ごせるときは、親子で熱中できる遊びをするなど、充実した子育ての時間を過ごせるといいですね。自分の得意な分野でお子さんにアプローチしてみてもいいでしょう。



子育ては理想通りにいきませんよね。
ゆっくり深呼吸をすると、肩の力が抜けて
気分もリフレッシュしますよ！



CHECK!!

コラムの内容をもっと知りたい方は左記
二次元コードを是非ご参照ください。

