

## イライラするお母さんへ

『子どもが生まれたとたんに関自分の時間がなくなって…。自分のペースで生活できなくなって…。子どもは思い通りにならないし…。本当にイライラしてしまう』そんなことがありますよね。

子どもの発達にはそれぞれ特徴的な姿があって（だだこね・反抗期・お母さんへのこだわりなど）お母さんを悩ませてしまうことがあります。でも、どの子もそこを**通って**育っていくのだということをわかってあげてください。

大人の思い通りにさせようとすればするほど、子どもは思い通りには動いてくれないことが多く、親子の関係がまずくなることがあります。そんな時、ちょっとだけ大人が大人になって一歩引いてみるといいかもしれません。

でも、いくら頑張っても、どうしてもイライラが募ることがあります。そんな時にはお母さんの助けになるサービス（一時保育等）があるので利用しながら**お母さん自身の時間**を作ってみてください。また、子育てサークルで同じ子育てをしているお友だちと見つけるのもいいことです。一人で頑張りすぎないで、人の手も借りてみましょう。



子育て応援カード 18  
鶴岡市子育て支援推進委員会