

あかし子育て支援センター「にこにこ相談」

子育てをしていると、成長が気になったり、かかわりがこれでいいのか心配になったり、対応に迷ったり…悩みはつきものです。そんな時、誰かに話すと気持ちが楽になることがあります。あかし子育て支援センターでは、臨床心理士による子育て相談「にこにこ相談」を行っています。

「ちょっと質問してみたいな」「話をきいてもらいたいな」という時に気軽にご相談ください。



よくある相談(例)

◆相談 2歳近くになって「やだ」「自分で」…わがままで困っています。

♥回答 自我の芽生えは子どもの成長だとわかっていても対応に困ってしまいますね。特に時間の余裕がない時に「いやだ!」「自分でする!」と言われると親だってパニックになってしまいます。また、できないと承知で子どもにさせてあげると大惨事になった…という親御さんも多いのではないのでしょうか。この時期の子どもは挑戦したい意欲に満ちています。やってみて「ダメだった」「できた」「わからない」…失敗しても受け止めてくれる大人に見守られて、そうした経験を重ねることで、子どもの主体性が育っていきます。

◆相談 ずっと子どもと一緒に息抜きができません。子どもに対してイライラしてしまうことがあります。

♥回答 親もひとりの人間なので、我慢してばかりだと当然イライラもするし、息抜きも必要です。できれば夫婦で話し合い、家事分担をして夫婦それぞれの時間を確保されるといいでしょう。また、イライラした時は、子どもに事前に知らせてうえて少しの間、別の部屋に行くなど子どもと距離を取ることもひとつの方法です。こうした方法でもうまくいかない場合はぜひ個別の相談にいらしてくださいね。一緒に考えていきましょう。

日 時：奇数月 原則第1金曜日 9:15～・10:00～ 1回2組(1組45分間)

申 込：子育て支援課(078-918-5597)又はプレイルームにて事前申し込み

場 所：あかし子育て支援センター 相談室・プレイルーム

対 象：就学前乳幼児の保護者等 *明石市民優先



【問合せ先】

子育て支援課 明石市大明石町1丁目6番1号 パピオスあかし5階 あかしこども広場
電話 078-918-5597・FAX078-918-6191

*休所日は毎月最終水曜日・年末年始(最終水曜日が祝日・12/29～31の場合は前週水曜日)