

○半年ぶりに専業主婦になりました。4/18以降3人の子どもと過ごす毎日です。(父はほぼ不在)1日中、しかも連続3日以上べったり過ごすことが久しぶりで、子どもとの距離感を忘れて、自分のペースが乱されることでイライラがつのっていました。未っ子のSは私か冷蔵庫にまわりついているか、手の届くあらゆるところの物を出すだけ出すやりたい放題、Iはリビング中レゴブロックを散乱させ、Mは、「これ(宿題)わからへん！もういらする！！」と怒り声を響かせ、姉弟喧嘩が勃発です。母である私のイライラ度はマックスで親子喧嘩に発展していきます。正直、学校に幼稚園に保育園へ行ってくれ---!と怒ってしまいます。気分転換に仕事行きたい！！とすら怒ってしまいます。こんなカオスな家庭は我が家だけなのか…??とはじまった引きこもり生活です。

この生活が始まったある日の夕方、Iが突然気持ち悪い！！と叫び出したことがありました。こんな時期にやめてよ！！とイラっとしながらトイレに行かせ、洗面器を用意していたら、本当は吐かへん…と泣きながら言ってきました。ウソつくな！！と怒ってしまったけれど、これがストレス反応なのか？母にかまってほしい合図だったのか…？と思い、このままにしておくでIの心が崩れてしまうと感じたので、Iとふたりで外へ出ることにしました。Mもさすがにこの事態を变だと気づいたのかSの面倒を見てくれました。マンション1階のポストへ郵便を見に行くのですが、エレベーターを使わず、往復階段で。たったそれだけだけれど、Iはずきりした様子でした。我が家の女性陣は確かに自己主張が強い人ばかりです。MとSに比べるとIは手のかからない子、そこまで主張するタイプでないので、Iの気持ちに気づいてあげられてなかったなと気づくことができました。

この出来事から、子どもにもそれぞれ意思があり、どのように表出するかは子どもによって違う、決して親の思う通りではない、子どもがどんなことを思っているのかをわかってあげることが必要で、子どもにとってそれが大切なのだと今更ながら学ぶことができました。Iくんありがとう。この学びから、子どもたちそれぞれの思いをわかってするために、まず「待つ」ことが必要なのだと思います。親が待つことができれば、子どもは何かの反応をみせてくれると思います。この「待つ」ことが難しいのですが。~(中略)~

我が家の生活ですが、生活リズムが崩れると心も身体も乱れてくるので、20時前就寝、5時半起床の毎日です。3食しっかり食べて元気です！時々、お昼ごはんをベランダで食べてピクニックごっこをしています。子どもには好評です。そんなに外には出ていませんが、おかあさんとっしょの体操は毎日しています。何気に疲れて年齢を感じる毎日です。

○こんにちは。先生方お元気ですか？我が家は3月からこどもがいる生活が続き大人も子どもも疲れてきています。大人はもちろんですがこどもも親と四六時中一緒なのは息が詰まるようで、(先日の観察と監視は違うという一部にギクッとしました…)我が家ではベランダにテントとレジャーシートを出して大人とこどもを区切る空間を作っています。朝ごはんやお昼ご飯、おやつもテントやベランダでお日様を感じながら過ごしたりしています。4月が終わり5月になりこども達と過ごす日々が1ヶ月続くとそれなりに家庭内の色々なドラマもあり…楽しく終わられた日、うまくいかなかった日様々ですが、夜寝る前の絵本の時間にうまくいかなかった…と思う日に園長先生が3月こども達にコロナウイルスの話をしてくださった時ノアのはこぶねの話をしてくださった事を思い出し、幼稚園の配本にあったノアおじさんの絵本を読んでみました。「(船の中で)みんなはだいじょうぶ、だいじょうぶと励まし合いました。でも長い船の旅で動物達の気持ちはだんだんよわくなっていきました。元気がなくなって、笑わなくなったり、けんかをしたり…するとノアおじさんかなにか始めました。ノアおじさんはふねのかべに絵を描きました。青い空を森を花を…『白い雲は私にかかせてね。』きりんか嬉しそうにいました。とりたちはうたをうたいだしみんなの顔に久しぶりの笑顔がうかびました(←絵本の一部です)」と絵本に書いてありました。改めてノアのはこぶねの絵本を読み、そして去年Rがクリスマス会でしていた「そうだ!!みんなで楽しいことをしよう!!」の一言を思い出しました。今はみんなが辛い時、辛いのは私だけじゃない、子ども達も、お友達も、お友達のお母さんも、先生達も、世界中の人達が頑張っているんだ!と思えましたし、しんどいけれど気持ちの持ちよう一つで家庭の雰囲気は変えられる!!と思えました。そうは言っても落ち込む日、イライラしてしまう日はありますが、そんな時は気分を変えたり、美味しいコーヒーを飲んだり、子ども達に隠れてチョコレートをおまじり食べたりして心の余裕を持てるように好きな事をして自分を満たしています。Rに関してはかなり荒れてはいますが気持ちを出せているのでよしとしているのですが、Yがコロナの情報やお友達と遊べないストレスで円形脱毛が出来てしまい、ニュースをつけようものなら恐いから消してほしい…と言い、小学校に行きたいと涙をする日が続いています。今は気持ちを受け止め美味しいご飯やおやつと一緒に食べたりし

ていますが、やはりいつもと違う異常感は拭えないみたいで親としてどうしたらいいのか悩んでいます。そして Y は鈍感だ、と思っていましたが意外と敏感だった事に驚いています。未っ子の S は普段ならいない Y も R も家にいるので喜んで遊んでいます。しかし仲良く遊ぶという訳ではなく朝昼晩と三食用意して空いてる時間で洗濯物や小学校の宿題を見ていたりすると残りの私の余白時間を 3 人で取り合います。R は私とサッカーがしたいと家の廊下でサッカーボールを蹴ってもらうのを待っている、Y は私とカードゲームがしたい、とやりたい事がバラバラで遊ばせん。一緒に遊ぼうと提案をしても私は、僕はこれがいい!! の一点張りで意見を曲げません。様子を見てみるとどうやらその事自体をしたいというよりもママと 2 人で何かをしたい、つまりママの取り合いをしているようです。気持ちが満たされていないからでしょうか。この順番が待てないというのが今一番の悩みの種です。甘えたいんだとわかっているのですが、ジャンケンで順番を決めても Y が勝てば R が泣きわめき、R が勝てば Y が拗ねてもう遊ばない!! とへそを曲げてしまう…私はもうお手上げ状態です…。皆さんどこのご家庭でもこんな感じでしょうか。長々と書いてすみません。まだまだ先は長そうですが、コロナウイルスが終息した普通の生活が送れる事を毎朝お祈りしています。みんなで祈ればきっとノアのはこぶねのように最後には虹が出ると信じております。～(中略)～またみんなが笑顔で幼稚園で会えますように…

○この度の自粛生活の中で気づいたことなどをお話しさせていただきます。まず、大変な毎日ではありますが、K にとっては出来ることが増えた 2 ヶ月でもありました。今までは全然しなかった絵をたくさん描くようになって上手になったり、写しながらですがひらがなが書けるようになったり、折り紙や工作に挑戦したり。前まわりとくるりんぱもできるようになりました。ひらがなが書けるのが嬉しくて毎日手紙を書いたり、好きなキャラクターの絵を写して描いてペーパーサートにしたり、色んな種類の紙飛行機を折って比べてみたり、彼の世界がぐっと広がったように思います。そして、その姿を近くで見守れて私も嬉しかったです。また、遠くへのお出かけはできませんが、近くを散歩することで気づけたこともたくさんあります。桜の木にさくらんぼがなるのを見つけたり、ありの巣やダンゴムシを観察して家で図鑑で調べたり、家の近くにある知らなかった公園を発見したり。そして、ビニール袋に顔描いて紐をつけただけで大喜びで走り回るのを見て、子どもは身近にあるもので十分楽しめるのだということ実感しました。もちろん大変な面も多いです。中でも一番は兄弟げんかです。ブロック等を作るのを邪魔されて、弟を押し倒すことが増えました。ここで私が「ダメ」といって聞かせても効果はなく、繰り返す日々。。そこで、どうしたら押し倒さずに済むか、きちんと向き合って話し合いました。そして、押し倒すのではなく、抱きしめる、という方法を思いつきました。一緒にシミュレーションもして、「できそう? 」と聞くと、「忘れちゃうかもしれないから、紙に書いて貼っておいてほしい」と言いました。貼る場所はどこがいいか聞くとテレビというので、「T くんをだきしめる」とテレビに貼ることにしました。100%とはいきませんが、抱きしめながら「やめて! 」といってくれるようになってきました。

(今は弟の反撃の方が悩みです。) 他にも、喧嘩が起きにくいお風呂タイムや、布団の上での絵本やじゃれつき遊びの時間を長くするようにしています。幼稚園に入園してからは、幼稚園に任せてれば大丈夫と思っていたところがありましたが、この機会に子どもとの関わり方を見直す良いきっかけにもなりました。一番意識しているのは、自分が子どもに指示をしすぎないこと。「帽子かけて」「食器運んで、落ちてる食べかすひろって」などなど。「帽子はどこにかけるんやった? 」と聞き方を変えたり、テーブルに食後することのメモを貼っておくなど、意識して変えていこうとしています。また、私は待つことが苦手でつい自分でやってしまうことが多いのですが、今は時間がたっぷりあるので、息子が自分でやるのを待つよう心がけています。これだけ書いてると、あたかもいいお母さんのような感じがしますが、実際はイライラして大声で怒鳴ったり、ドアをバーンと閉めたり、子どもたちを睨みつけたり、先生方が知ったら卒倒しそうな場面もたくさんあります笑。特に 3 月は、K が花粉症になったり、体重が増えすぎたりしてすぐイライラしていました。最近では、自分が 10 年後、おそらく口にも聞けない思春期の息子たちと暮らしている世界から、今の 4 才の K に 1 日だけ会いに来れた日、と思うようにしてイライラを抑えています。とはいえ、おうち遊びのネタもつきてきましたし、早くコロナが収束して、安心して登園できる日を心まちにしています。

(園長より)

この 3 人のお母様の共通項は、「イライラ」(笑)と「兄弟」ですね。ご家庭の様子が手に取るように想像できます。本当に子どもたちもそうですが、お母様たち頑張っておられますね。私が心に留まったことは、イライラした後、ご自分のことを素直に認め、そして、また新たに子どもと向き合っていることです。親(母親)ではありますが、一人の人間としていつも自分に正直に、そして素直な気持ちを持って生きていきたいなと改めて感じました。