

父親の役割（その3）



先生のご紹介

増田彰則

心療内科 増田クリニック

PROFILE

鹿児島市・増田クリニック院長。さつま町出身。内科学、心療内科を専攻。中でも疲労、痛み、うつ病、不登校、小児心身症、神経症などが専門です。

父親の育児や家事への参加が奨励されている令和の時代、子育て中のお父さんは何かと大変と思いますが、あと一つ大事な父親の役割があります。

一家の大黒柱として

それは、家族に試練や問題が降りかかってきた時、母親と子どもが不安定になったり、家庭がぐらついたりしないように、どっしり構えて慌てず、ひるまず、逃げないで「家族を支え・励まし・守る」ことです。男らしくあれと言っているわけではありません。家族を守り、子どもを一人前に育て上げるためには、父親と母親にはそれぞれの役割があり、それがうまく機能した時に子どもは健全に成長し、家庭は安定します。

例えば、妊娠から出産、育児の期間中は、母親は睡眠を含め自分のことは全て犠牲にせざるを得ません。この時期の父親の対応次第では、母親が産後うつや不安症になるリスクが高くなります。これを予防するには、父親として思いやりを持ち、育児の大変さについて共感しサポートすることが必要です。そして精神的な不安を与えず、母親が安心して子育てに専念

できる環境を整えてあげることが大事です。



頼りがいのある父として

悩む子どもへアドバイスを

また、子どもが学校に行くようになると、集団生活や友達関係、学業や部活動で様々な問題にぶつかることが多くなり、父親の出番が増えます。ここで大事なことは、小さい時から子どもと関わりを持ち、子どもにとって強く頼りがいのある存在にならなければならないこと。一方母親は、子どもの前で父親のことを肯定的に言うてあげることが重要です。すると父親と子どもとの間に信頼関係が生まれ、子どもは父親のアドバイスを受け入れ、直面した問題に前向きに取り組むようになります。ここで気を付けて欲しいことは、父親の支配性が強いと子どもが「お父さんは

怖い」と思って萎縮し、子どもの成長に逆効果になります。

さらに反抗的な言動や行動が激しくなる思春期は、母親だけではとても対処しきれない場面が出てきます。その時の父親の対応は重要です。子どもにしっかりと向き合い、訴えを聞きつつも、良し悪しをはっきり伝えて「ダメなことはダメ」と毅然とした態度を取り、子どもの言いなりにならないことが大事です。そうすることで子どもも成長に大事な「我慢する力」が育まれます。



家族の言葉を聞く力と

受け止める度量が大切

それ以降も幾多の問題が出てくると思いますが、それら乗り越えていくには家族が信頼して支え、励まし合うことが大切です。夫婦間で意見が対立する場合は、お互

いにある程度のもので妥協したり、譲り合うことも必要です。ここで父親に求められることは「聞く力と受け止める度量」です。答えを出す必要はなく、家族の主張や考えをしっかりと聞いて、受け止めてあげるだけで落ち着くことがよくあります。

「男はつらいよ」と思うこともあるかも知れませんが、父親という立場にプレッシャーを感じないで、自分の選んだ人生を楽しく生き抜いて欲しいと思います。頑張っています!!

ネット・ゲーム依存症の家族会
毎月第3木曜日【参加料】1回1,000円【時間】10:00~12:00
【場所】ケアサポート清瀬【お申込】099-201-3600
月1回の、ネット・ゲーム依存の子どもをかかえた親の会です。
依存についての知識と対応の仕方を学びます。
参加希望の方はお電話ください。



<http://www.masuda-clinic-kagoshima.com/>

増田クリニック

TEL. 099-219-1155

〒892-0845 鹿児島県鹿児島市樋之口町2-24

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	○	○	/	○	○	○	/
14:30~18:30	○	○	/	○	○	○	/

受付時間：午前8:30~12:00 午後14:00~18:00
休 診：水・日・祝・お盆・正月

増田クリニック
携帯版HPに
アクセス
できます▼

