

まえがき

私は子育てママ専門のカウンセラーをしています。

前職がトップスタイリスト美容師という少し異例の経歴です。

念願だった子育てが始まったとき、私の子育ては何もかもうまくいきませんでした。

『なんで私ばかり？』と思う毎日。

でも、このことがのちに生きていくうえで大切なことに気付かせてくれました。本当の子育ては人生がうまくいかない大きな原因、思い込みやネガティブな考え方に気付かせてくれます。そして、ママ自身の人生をゆたかにアップデートする方法まで教えてくれます。

今、育児は楽しめていますか？

何をどうしたらいいのかわからないくらいに悩んでいませんか？

あるとき、真面目で優しい頑張り屋さんのママほど、日々自分を責めて育児につまずいていることに気が付きました。

私自身、自分の力不足で起きていると思っていた育児での悩みごとは、みなさんの話を聞いていくとたくさんの方が同じところでつまずき、苦しまれていました。

こんなはずじゃなかった、と思いながら日々自身の自己肯定感を下げながら限界のなかにいることにも目を背けるしかないとさまよっているようなご様子でした。

私の子育ての中で一番つらかったことは、まさかの『わが子をかかわいく思えない時間』でした。『どうぞ、どれだけ頑張ってもかわいいと思えない……』。

うまくいかないのは知識や精神力のなさだ！ と育児に関わることの学びを増やし、それなのに、気が付くと心にはポツカリと穴があいているかのようでした。

孤独を感じながら、誰から何ひとつ褒められなくても、小さな命を毎日守りつづけて、頑張りつづけたあなたへ。育児に悩むのは向き合っているから。想いもなく、向き合ってもいなければ悩んだりなどしない。

もう自分のこと許していいんだよ。

以前、幼いわが子をかわいく思えなかった私は、

今毎日子どもたちが本当にかわいくてしょうがない。

子どもがただただかわいく思えるだけで、本当にそう思えるだけで、

人生が温かく優しく思えて、いろいろなことに感謝できて自分のことも大好きになれた。

だから、きつとあなたも大丈夫。まだ全然間に合う。

でも、あなたも家族も幸せになれる変化を手に入れるためには、視点を変えたこれからの育児を彩る目から鱗の育児のコツやもう迷わない育児の知識が少し必要だから、この力を身に付けて、今あなたを悩ませる育児を説明していきましよう。

そして、本当の育児の楽しみ方をおして生きることを愛おしく思える時間が増えてくれますように。

6歳になるまでの期間は健やかな心と脳の基盤の90%近くを作る大切な時期。

これからの頭のいい子とは、予測の付かないことが起きても屈することなく、自分の力を信じてそれを楽しみながら生き抜いていける子です。

この本では、なぜこんなことをするのだろうか？ というまるで宇宙人のようにも思える子どももの行動

に対しての、児童心理学や脳科学を用いた効果的な声かけの方法。

子どもには、もともと自分で学ぶ力を持っているというモンテッソーリ教育のトピックや、自分で自分を幸せにできる力！ 非認知能力の身に付け方を日常で苦にならずに取り入れる方法をお伝えします。

親子がいつの間にか、笑顔で毎日を過ごし、

ママも子どもも自己肯定感が上がる、

育児のすゝめをお伝えします。

やっとう児を楽しめる。

もう大丈夫だよ。