

パパママサミット2021

ふたりで納得!の暮らしを築く

① 育児期のもやもやの中心は?

業務量、働き方の見直し必要

こんなに大変だとは

パートナーとの関係ではないか?

② 育児期の業務量、見積もれていますか?

③ 「らしさ」「べき」に縛られているかも?

違う文化、「当たり前」に触れることで気づく

誰のなかにも「らしさ」に囚われて自分を相手を見てしまう

制度も理解も進んでいるが会社の実情が追いついていない

親らし

男の子だから女の子だから

母として

周りからのプレッシャー

育見がんばらなきゃ

女らし

男らし

男性は仕事で家を支える

家庭とは

らしさ

男は黙って...

「育児の仕事量は危険レベル!」を新常識に

「感謝」

感情を言葉にできない男らしさの影響

よく見られたい意識がある

弱さを見せられない

核家族化相談する相手が減った



押野 土やか さん

武田 双雲 さん

高橋 健次郎 さん

④ ふたりらしいスタイルを作る

モヤモヤを言葉に語る

ねじりて伝えよう

お互いが3分ずつ傾聴タイム

「聞くだけ」が良い!

問題解決ではない傾聴のコミュニケーションで関係が良くなる(夫婦ともに)

ストレスが高い人へのケアとして家庭でも職場でも有効



モヤモヤを言葉に語る

子どもとの時間も大切にしたい

社会的活躍の機会奪われる

なぜ自分だけ!?

焦りは同じ

仕事の遠慮

子育て大変...

仕事と家庭をなぜか考えると子育てを楽しめる

育休をとりづらい原因は?

個人

業務の引き継ぎ...

社会

実際にやってみて初めて気づく

分からない見えない

ワオパしてみる

育休とる



家の中が「イライラ」満ちている

感情のゆれにモヤモヤ

仕事との両立の焦り

不機嫌

目線のあてなさ



やりたいこと

分かちあっているけどどうしたら良いのか

「聞くだけ」が良い!

問題解決ではない傾聴のコミュニケーションで関係が良くなる(夫婦ともに)