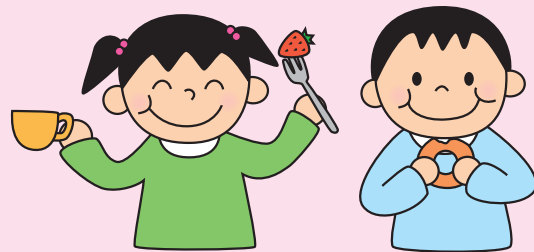
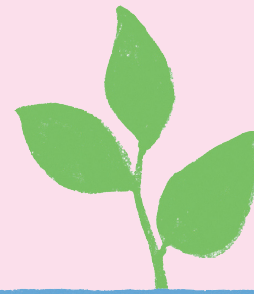


♣️親子交流のしおり

—実りある親子の交流を続けるために—



親子交流は、子どもの成長のために行うものです。

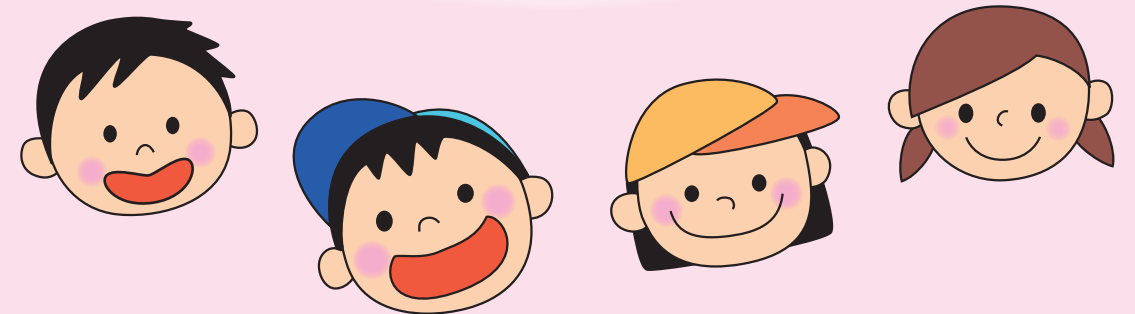
夫と妻という関係から子どもの父と母という立場に気持ちを切り替え、子どものためにお互いが補い合い、協力しましょう。子どもにとっては、どちらも大事な親なのです。

初めのうちは親子交流が順調にいかないこともあるかもしれません。そのようなときにも、子どもの幸せを考えながら、目の前の出来事に一喜一憂せず、柔軟な態度で臨んでいくことが大切です。

夫婦が離れて暮らすことになってからも、一緒に暮らしていない親と子どもが定期的、継続的に交流を保つことを「親子交流」といいます。

親子交流がうまく行われていると、子どもは、どちらの親からも愛されているという安心感を得ることができるといわれています。

このしおりは、親子交流をスムーズに行うためのコツを分かりやすく説明したものです。



家庭裁判所

親子交流や養育費などについては、子の利益を最も優先して定めなければならないことが明記されています（民法766条）。

「1.父母が協議上の離婚をするときは、子の監護をすべき者又は子の監護の分掌、父又は母と子との交流、子の監護に要する費用の分担その他の子の監護について必要な事項は、その協議で定める。この場合においては、子の利益を最も優先して考慮しなければならない。

2.前項の協議が調わないとき、又は協議をすることができないときは、家庭裁判所が、同項の事項を定める。」

子どもと離れて暮らしている方へ



親子交流の日にちや時間、場所などは、
子どもの体調、生活のペース、スケジュールに
合わせましょう。

子どもの年齢、健康状態、学校、課外活動、習い事などのスケジュールを十分に考えて、子どもに無理のないような日にちや時間、場所、内容などを決め、子どもが喜んで会えるようにしましょう。

あらかじめ決めている親子交流の約束事は守りましょう。

事前に取り決めている親子交流の約束事は守りましょう。
特に、親子交流を終える時間や、子どもを引き渡す場所などを相手に相談なく変更することは避けましょう。
また、急な事情により、約束を守れないときには、すぐに連絡しましょう。



子どもと
会う
前に



子どもと
会う
ときに



子どもがのびのびと過ごせるようにしましょう。

一緒に暮らしている親の悪口を聞かされたり、親の様子をしつこく聞かれると、子どもの気持ちは重くなってしまいます。
子どもが関心を持っていることや学校の行事、最近のうれしいニュースなど、子どもが生き生きと話せる話題を作り、あなたは聞き役に回りましょう。

高価な贈り物や行き過ぎたサービスはやめましょう。

高価なプレゼントなどで子どもの関心を引きつけることは、子どもの健全な成長の面からも好ましくありません。
モノやお金が本当に必要なときは、親同士で話し合しましょう。

一緒に住んでいる親に相談することなく、
子どもと約束をすることはしないようにしましょう。

一緒に暮らしている親に相談することなく、子どもと「泊まりがけで旅行に行こう。」などと約束をすると、子どもに後ろめたい思いをさせたり、子どもを不安にさせたりします。また、親同士の新たな紛争の原因になることもあります。

大切なことは、親同士の話し合いで決め、子どもに負担を感じさせないようにしましょう。



子どもと一緒に暮らしている方へ



子どもの様子を相手に伝えるようにしましょう。

子どもの健康状態や学校の行事予定、努力していることやその成果などは、離れて暮らしている親にとっても関心が高いことです。できるだけ伝えるようにしましょう。伝えることで、離れて暮らしている親が子どもにうまく対応でき、円滑な親子交流につながります。

過去の夫婦の争いや相手の悪口を子どもに
言わないようにしましょう。

子どもが、離れて暮らしている親について良いイメージを持つことができるように配慮しましょう。

子どもが「会いたくない。」と言うときは、
その理由をよく聞いてみましょう。

もし、子どもが親子交流に気が乗らなかつたり、負担に感じたりしているようであれば、それまでのお互いの親子交流に対する態度を振り返ってみましょう。
また、子どもが話した理由を口実にして、親子交流を一方向的にやめてしまうことは、新たな争いを生みます。そのようなときには、親同士で冷静に話し合しましょう。



ふだんの
生活で



子どもが
出かける
前に



子どもが親子交流に出かけるときは、
笑顔で送り出しましょう。

子どもは、親の気持ちや表情に敏感です。あなたのちょっとした言葉や表情、しぐさから、離れて暮らしている親と会うことを後ろめたく感じたり、悪いことのように思ったりしてしまいます。
子どもには、親子交流をすることは良いことだと思っていることを伝えておくとういでしょう。



子どもが帰ってきたら、
笑顔で温かく迎えてあげましょう。

子どもは、あなたに気がつかって、重たい気持ちで帰ってくるかもしれません。笑顔で温かく迎えましょう。
また、交流中のことはあまり細かく聞かないようにしましょう。子どもが離れて暮らしている親との時間を楽しく過ごしたことを認めてあげることで、子どもは両方の親から愛情を注がれていると感じることができます。



子どもが
帰って
きたら