

親にとつて、子どもが大学生になるということ、大学生の子どもをもつ親になるということでもあります。

お子さんを一人暮らしさせた頃には、「うちの子はちゃんと生活できているのか、ご飯は食べているだろうか、大学には通っているのか、友達はできたのか」等々、あれもこれも心配だったのではないでしようか。もしかしたら、お子さんと離れて寂しくてたまらなくなったり、心にぽっかりと穴が開いたような感じがしたり、なんとなく無気力になったり、落ち込んだり、イライラしたり、愚痴っぽくなったりと、落ち着かない時期を過ごされたかもしれません。

子どもの巣立ちによる喪失感から親の気持ちがぐらついてしまうことを「空の巣症候群」といったりします。

子どもが巣立っていくことには寂しさもあるかもしれませんが、お子さんを一人送り出したことで、生活には以前より余裕ができたのではないでしようか。子育ては確実に終わりに近づいています。お



お子さんが新しい生活を始めたように、お父さんお母さんも、あらためて自分の活動や楽しみに目を向けてみてはいかがでしようか。お子さんが自宅から通学していて物理的にはまだ「巣立っていない」ご家庭でも同じです。

巣立ったといつても、親の役割が終わったわけではありません。経済的な援助はまだまだ必要です。また、口では立派なことが言えて、たいていのに自力で対処できませんが、うまくいかないときや困ったときには親の助言が必要で。何かあったときにいつでも頼れる最終的な拠り所であげてください。

そして、親自身が自分らしく生き生きと過ごしている姿を見せましょう。こうしなさい、こうしなさいと言いかせるよりもずっと、お子さんの心に届きます。

子育ても終盤です。お父さんお母さんはお子さんが巣立った後の人生をどんな風に過ごしたいですか。