



きょうだいのきもち

～わたしたちにできること～

和歌山県立医科大学附属病院
子ども療養支援士 三宅 史織

自己紹介

- 三宅 史織（みやけ しおり）
和歌山県立医科大学附属病院
小児科
子ども療養支援士
- 社会福祉士を取得後、
子ども療養支援士養成コースへ
- しぶたね シブリングサポーター



本日の内容

- 子ども療養支援士について
- きょうだいの気持ち
- きょうだいの反応
- きょうだい支援について
- わたしたちにできること

子ども療養支援士って？

子ども療養支援士 (CCS : Child Care Staff)

- 医療環境にある子どもやその家族に心理社会的支援を行う
- 入院や治療にまつわるストレスを軽減・緩和する援助を行う
- 子ども主体の医療体験となるよう支援する

「痛い」「怖い」の気持ちを
「できた！」「がんばった！」の気持ちへ



子ども療養支援士って？

先駆けとなった存在

チャイルド・ライフ・スペシャリスト(CLS)

- ▶ 米国では小児科のある病院、97%の雇用(1998年現在)

ホスピタル・プレイ・スペシャリスト(HPS)

- ▶ 国家資格(1992年～)、患者10～15人に1人の割合で活動

専門家として、公的な資格制度が整えられている
欧米では、標準スタッフとして確立



子ども療養支援士の活動①

プレパレーション

- ・心の準備のサポート

治癒的あそび

- ・子どものニーズに即した遊び
- ・日常遊び、メディカルプレイ
- ・感情表出あそびなど

ディストラクション

- ・検査や処置中の精神的サポート



子ども療養支援士の活動②

- 家族支援 / きょうだい支援
- 成長発達支援
- グリーフケア
- 親が病気の子どもへの支援
- 退院支援

所属する病院や病棟の特徴により、活動のあり方は様々

きょうだい児とは



▶ 病気や障がいをもつ子どものきょうだい

弟が、妹が、
お兄ちゃんが、お姉ちゃんが
あるとき急に病気になったら…

ぼく、わたしには
病気、障がい、のある
きょうだいがいる…

家族の生活は一変し

病気や障がいのあるきょうだいを中心とした生活になりがち

きょうだい児がおかれる環境

きょうだいが入院したとき

- 家族の分離
- 家族内での役割変化
- 生活パターンの変化
- 情報の不足
- 急激な環境変化

きょうだいが慢性的な病気や障がいをもっているとき

- 長期にわたる役割
- 定期的、突発的な家族の分離



きょうだい児が抱きやすいきもち

恐怖

怒り

悲しみ

戸惑い

不安

嫉妬

自己肯定感の低下

プレッシャー

寂しさ

罪悪感



きょうだい児への影響と反応 ー乳児期ー

乳児期 : 特定の人物と信頼関係が築かれる時期 (愛着形成)

- ▶ 家族が混乱している環境の中で、わからずに育つ

母乳がミルクに / 祖父母宅で過ごすように / 家が静かに…

何かが違う…、でも何が違うかがわからない状況

夜泣きがふえる

睡眠が短い

しきりに抱っこ
を求める

なにができる？ ー乳児期ー

- できるだけ、日常生活を維持できるようにする
- 変化後の環境に早く適応できるように、その場の環境を整える
- 性格や生活のルーティンなどの共有
- 親への寄り添い、肯定的なフィードバック



幼児期 : 自律性や自発性が獲得されていく時期

- ▶ いつもと何かが違うことを感じとる
- ▶ 欲求が適切に満たされず、感情のコントロールが難しくなる

ぼく、わたしだって甘えたい…○○ばかりずるい
でも、ママ、パパが大変そう…いい子でいないと

- ▶ きょうだい間のコミュニケーションがうまくいかない

- ▶ 誤解が生じやすい

「僕がいじわるをしたから」「けんかをしたから」

「パパやママのいうことを聞かなかったから」

だからきょうだいが病気になってしまったんだ

ママが帰ってこなくなっちゃったんだ

- ▶ 気持ちを適切な言葉で表現することが難しい
- ▶ 生活リズムが乱れる



きょうだい児の反応

—幼児期—

幼稚園や保育園に
行きたがらない

遊びが持続しない

眠れない
起きられない

急に泣く、怒る

表情が乏しくなる

あかちゃん返り

食欲増進
食欲減退



なにができる？ —幼児期—

- できるだけ、日常生活を維持できるようにする
- “気持ちを適切に表現することが難しい時期”
であることを理解しておく
- ありのままの感情を受け止め、
安心感を得られるようにする



きょうだい児への影響 ー学童期①ー

学童期 : 自信の獲得や自分の能力を把握していく時期

- ▶ 無意識に、親から発せられるメッセージを受けて育つ

「ママが悲しそう」ー「優しくしてあげよう」

「パパいらいらしてる？」ー「いい子でいなきゃ」

「ママとパパ、喧嘩してるのかな」ー「自分のせい？」

「今日はみんなごきげん」ー「(きょうだい)の体調がいいのかな」

場の空気が読めすぎてしまう / 相手の様子を伺いすぎる

きょうだい児への影響 一学童期②一

- ▶ 他の家との違いを実感し、劣等感を感じる
じろじろ見られて恥ずかしい / 何で自分の家族だけ？
- ▶ 同年代の友だちとのギャップを感じる
- ▶ 友だちと対等な関係を築くことが難しい
家族のことを友だちに話せない / 本音を言えない
- ▶ 「疎外感」「孤独感」を感じやすい

きょうだい児の反応

—学童期—

学校に行きたがらない

集中力の低下

勉強についていけない

無気力

眠れない
起きられない

同一視

食欲増進
食欲減退



なにができる？ ー学童期ー

- 日常生活の維持、同じ時間の経過を感じられるように
- 可能な範囲で、正しい情報を、きょうだい児にも共有していく
- わからないことは、わからないでOK
- 「自分も家族の一員なんだ」と実感できるように

きょうだい児への影響 —思春期・青年期—

思春期・青年期 : アイデンティティが確立されていく時期

- ▶ 親のアイデンティティと同化する
- ▶ 自分が面倒をみなければ…
- ▶ 描いていた将来のイメージと異なってくる
- ▶ 人生の岐路で、罪悪感を抱く

自分だけ学校にいていいの…？

就職して家を離れたら、家族はどうなる…？

結婚してもいいの…？ / 相手の家族にどう思われる…？

きょうだい児の反応

—思春期・青年期—

不登校

成績が落ちる

眠れない
起きられない

表情が乏しくなる

食欲増進
食欲減退

無気力

話さない



なにができる？ —思春期・青年期—

- 子どもからのメッセージを鵜呑みにしない
- 子どもの本心と向き合う
- 体調の悪化が見られたときは、医療機関を受診する
- 学校や習い事など、地域社会との連携を図る



きょうだい支援で大切なこと

- 子どもたちの反応に絶対はない
- きょうだい児のおかれる状況を理解する
- いち早く、子どもたちからのサインに気づく

言葉にならないSOSを拾い、

ひとりにしないようサポートしていく必要

わたしたちにできること①

- きょうだい児についての情報収集

- ▶ 名前、年齢、家族間でのきょうだい児の立ち位置、
普段からの関係性、きょうだいがいる現在の状況の把握

- 感情表出を促し、気持ちを受け止める

- ▶ どんな感情も大切な気持ち、ありのままを受け止める

「悲しいときは泣いてもいいよ」

「イライラするときもあるよね」

「それでいいんだよ」

わたしたちにできること②

- 家族との繋がりを実感できるようにする
 - ▶ 家族との時間を確保する
 - ▶ きょうだい児が親との時間を過ごせるように、親が安心して、患児から離れられる環境を調整する
 - ▶ きょうだい間の交換日記やプレゼント交換
患児と、きょうだい児や家族へのプレゼントを作る、手紙をかく
 - ▶ メール、LINE、電話、手紙などを通じて、日常的に交流を促す



疎外感や孤独感が軽減される



わたしたちにできること③

● 地域社会との連携

- ▶ 幼稚園、保育所、学校などへの働きかけ
- ▶ できるだけ、これまでの生活ペースを維持できるように
- ▶ きょうだいの味方を増やす
- ▶ 社会資源を紹介する

「自分の状況を家族以外に
知ってくれている人がいる」



わたしたちにできること④

● 適切な方法で正確な情報を伝える

- ▶ 年齢や理解程度に合わせて工夫する

自分だけ何も知らない… / 親に聞いていいかもわからない…

[情報を伝えるときのポイント] ~きょうだいが入院したとき~

- ・病気のこと : 誰のせいでもないこと
- ・治療のこと : どんな治療をしているか、今後の見通しについて
- ・子どもの様子 : 体調の変化、外見の変化
- ・会えない理由 : 感染面などでの病院のルール、いつ会えるのか
- ・子どもが過ごす場所について : 入院生活、どんな人がいるのか

わたしたちにできること⑤

●ピアサポートの機会を提供する

- ▶ きょうだい同士が交流できる機会をつくる
- ▶ きょうだいの主役になれる場の提供

互いの気持ちを共有しあい、支えあうことができる

●セルフケア

- ▶ 一人でがんばろうとしない



今日からできること

- 誰かのきょうだいではなく、一人の大切な存在として認める
 - ▶ きょうだいを名前によぶ 「〇〇くん」「〇〇ちゃん」
- 言葉で表現する、伝える
 - ▶ 「大好きだよ」「大切な存在だよ」
「ここに居ていいんだよ」「いつもありがとう」
- 否定せずに受容する
 - ▶ どんな思いも大切な気持ち、まずは傾聴して受容する

きょうだい児が、安心感を得られるように

**だれにだってできる！！
今日からでもできる！！**



きょうだい児の肯定的な影響

同年代に比べて…

- ▶ 精神が成熟する
- ▶ 洞察力に優れる
- ▶ 思いやりやいたわりの気持ちが育まれる
- ▶ 命の大切さを実感する
- ▶ 家族の絆が強くなる
- ▶ 忍耐力がつく
- ▶ 多様性に寛容

きょうだいが成長する機会にもなり得る



事例紹介①

* 入院中 *

Aくん (0歳3か月)



- ・点滴やモニター類をつけている

* 入院しているAくんと会う前 *

Bちゃん (10歳)



(姉)

- ・「Aくん大丈夫？」
- ・「ちょっと怖い」
- ・顔がこわばってしまう

Cくん (7歳)

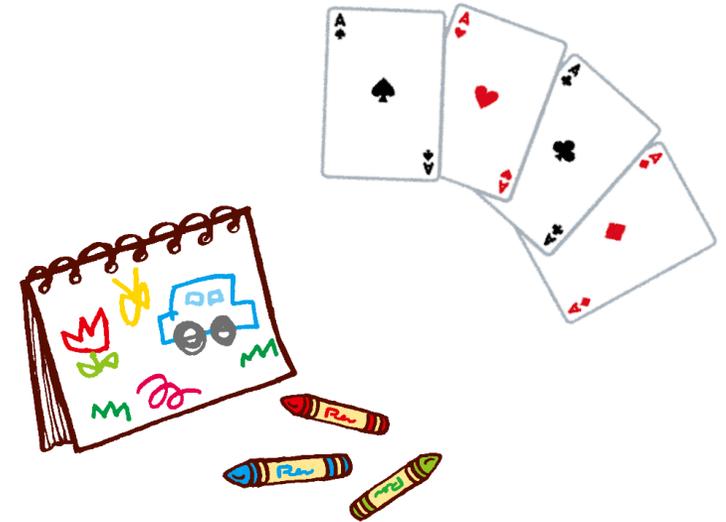


(兄)

- ・「Aくんしんどそう」
- ・「かわいそう」
- ・「ちょっとドキドキする」

事例紹介①

- ① CCSの自己紹介
- ② 一緒に遊ぶ
- ③ Aくんのことについてお話



早く会いたい！

一緒に写真とりたい

抱っこしたい

事例紹介①

④ Aくんと対面

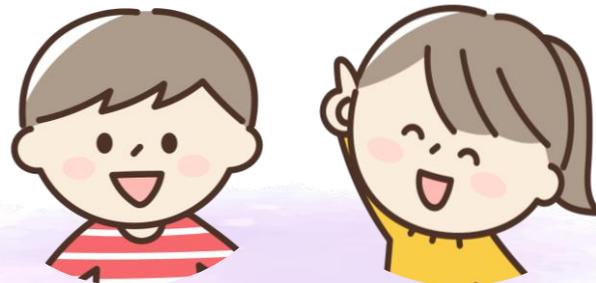
⑤ Bちゃん、Cくんに賞状授与



「早く家でいっぱい遊んであげたい」

順番に抱っこを繰り返す
写真の撮り合いっこ

「お家に帰ってこれないと思ってた
帰って来れるようになって良かった！嬉しい」



「今、Aくん笑ったよ！」

事例紹介②

* 入院中 *

Dちゃん(小学生)



* 付き添い *

Eちゃん(高校生)



・親に変わり付き添い

* 家 *

Fちゃん(小学生)

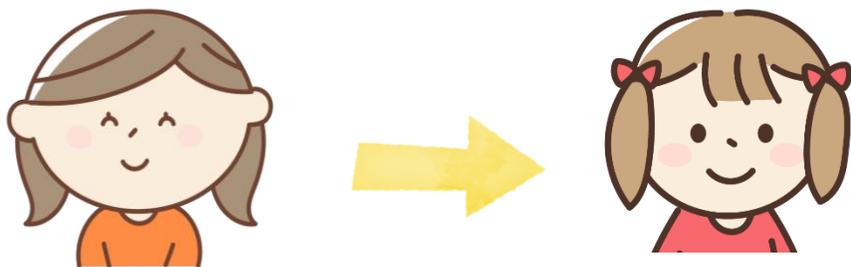


Gくん(小学生)



事例紹介②

- ・ 入院中の生活面のサポート



Eちゃん

Dちゃん

私は付き添いだから

- ▶ Dちゃんが不在のときに
Eちゃんと遊びや談笑をして過ごす

〇〇になろうかな
医療関係も気になる

課題終わったよ！

今日は
めっちゃ眠れた



Eちゃん

事例紹介②

何で私が付き添い？

断る理由がない

このベッド眠りにくい

暇。

Dのことは好きだけど

家にいても
課題するだけ

課題が…

自分のペースで
できない

Eちゃんとのお話

将来の相談ができる

Dの病気がわかった

誰かと話ができる

医療関係に
興味を持った

良かった！

事例紹介②

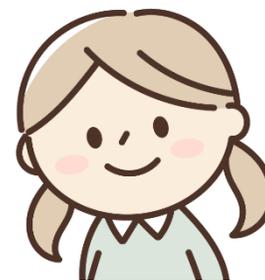
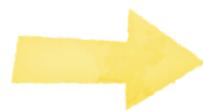
- ・ FちゃんやGくんへのプレゼントづくり
- ・ 折り紙の作品や手紙



Dちゃん



Eちゃん



Fちゃん



Gくん



母

- ・ 「最初はEに申し訳ない気持ちでした」
- ・ 「最近Eが楽しそうです」
- ・ 「家では、『Dのために体に良いご飯つくる』と張り切っています」
- ・ 「〇〇の夢も、Dの影響みたいです」
- ・ 「FやGも、Dからのプレゼントや手紙を楽しみにしています」

事例紹介②



Dちゃん

- ・「お姉ちゃんと一緒にいてくれて良かった！」
- ・「お姉ちゃんがいってくれたから寂しくなかった」
- ・「早くみんなで遊びたいから頑張った」



Eちゃん

- ・「いろいろと楽しかった」
- ・「勉強がんばるね」

まとめ

- きょうだい児は、たくさんの複雑な気持ちを抱えている
- どんな気持ちも、大切な気持ち
- “ひとりじゃない”、安心できる環境、自分の居場所
- 誰にだってできる！きょうからでもできる！
- セルフケアも大切☆



ひとりひとりが大切なかけがえのない存在



ご清聴ありがとうございました

参考文献・引用文献

- ・ 五十嵐隆、林富、及川郁子他：子ども療養支援—医療を受ける子どもの権利を守る—、中山書店、2014
- ・ 子ども療養支援協会—Japanese Association for Child Care Support—<http://kodomoryoyoshien.jp/index.html>
- ・ きょうだいへの支援、子ども療養支援士養成コース後期講義資料
- ・ 原田香奈、相吉恵、祖父江由紀子：医療を受ける子どもへの上手なかかわり方、日本看護協会出版会、2013
- ・ 遠矢浩一：障がいをもつこどもの「きょうだい」を支える、ナカニシヤ出版
- ・ NPO法人しぶたね：シブリングサポーター研修ワークショップテキスト、2016