

## きょうだい児へのかかわり ① ～赤ちゃん返り～

下に赤ちゃんが生まれると、お母さんを取られてしまったように思うお子さんはたくさんいます。お母さんの愛情を自分に向けたいという気持ちが、その表現として「赤ちゃん返り」という姿になるのでしょう。

上のお子さんが「お母さんは下の子ばかり可愛がる！さみしい！」と感じてしまうのは自然なことです。

**そうは言っても、下の赤ちゃんの育児に追われて、困ってしまうお母さんが多いようです。一般的な対応策としては…**

★「もうお姉さんだから」「もうお兄さんだから」などと言わず、甘えさせてあげる。時には赤ちゃんと同じように扱ってあげる。

★兄弟が眠っている時間などをゆっくりとお子さんとお過ごし、お子さんのペースに合わせて一緒に遊ぶ時間を持つてみる。



**大事なことは何よりも「愛されている」ということがお子さんに伝わることです。**



★逆にきょうだいの世話を頑張るお子さんもいます。  
「赤ちゃん返り」はしないものの、同じようにさみしい気持ちは持っているものです。行動をほめ、認めつつ、甘える機会もつくれることができるといいですね。

※ 実際は、なかなか時間が取れなかったり、お母さん自身が疲れてしまったりということも多いと思います。

**きょうだいが生まれることは、お子さんの成長を促すチャンスにもなります。保護者以外の大人やお友達とのやりといを増やしてみるのもいいですね♡**



ご相談のある方はお電話ください。

港北区福祉保健センター こども家庭支援課  
こども家庭相談 540-2388

