

弟・妹の出生

a. はじめに

次の赤ちゃんが生まれることは、家族にとって喜びに満ちた幸せなできごとにちがいません。しかしお兄ちゃんやお姉ちゃんが、必ずしも新しい弟・妹を自然に素直に受け入れられるようになるわけではありません。

母親が次の子を妊娠し出産が近づくと、上の子が甘えて母親を困らせることがよくあります。順調に育っていた子が急におっぱいを欲しがったりすることもあります。イリングワースは『ノーマルチャイルド』の中で、生まれた赤ちゃんに対する年上の子の嫉妬の表現として、抱っこされている赤ちゃんの頭を殴ったり、騒ぎたてたりするだけでなく、乳児の行動に逆戻りして、再び指しゃぶりをし、おねしょをし、食べさせてもらいたがり、赤ちゃんことばで話し、抱いてくれとせがんだり、あるいはけんかしがちになったり、友だちに攻撃的になったり、物を壊したり、再び反対癖になると述べています。

年上の子は、両親の愛情が赤ちゃんばかりに向いて、自分が十分に愛されていないと感じると、あらゆる手段をもちいて自分に両親の注意を向けさせようとします。このような年上の子の行動を、赤ちゃんをたたく悪い子、甘えん坊になり手がかかる、わがままで言うことをきかない、乱暴で手に負えない子などと誤って解釈して、きつくしかったり、お仕置きをしたり、拒否したりすると、年上の子は両親の愛情を失ったと思い込み、ますます不安になり嫉妬心を深めます。さらに赤ちゃんに対して敵意をいただき、復讐心を持つまでになります。「赤ちゃんはいらない、死ねばいい」と言って絵本の中の赤ちゃんをすべて黒く塗りつぶした女兒がいました。

一方母親も、手がかかり言うことをきかない兄・姉に対してしだいに愛情がなくなり愛せなくなることもあります。祝福されるべき次の子の誕生が育児上の重大な問題とならないように、家族の十分な理解と準備が必要です。

b. 予防と対策

次の妊娠がわかったら子育てをより楽しく順調にするために、上の子の心を知り上の子の心を育てるための具体的な考え方と対策をよく理解し実行することが大切です。

1) 妊娠がわかった時

- ① 赤ちゃんの絵が載っている絵本を見せながら、「赤ちゃんがお腹の中にいるよ、生まれたら一緒に遊ぼうね。楽しいよ。何して遊ぼうか？」と上の子に話しかけたり、一緒に赤ちゃんの服を買いに行ったりして、上の子が赤ちゃんを受け入れる心の準備をする手助けをしてあげましょう。
- ② 出産が近づくと、お母さんは、無意識のうちにお腹の中の赤ちゃんに気持ちが移りがちになります。こんなとき、上の子はお母さんの気を引こうと一生けんめいになります。甘えたり、わがまをいったり、赤ちゃん返りをしたりするのはそのためです。その気持ちをしっかり受け止め甘えさせてあげましょう。
- ③ お産の時誰が上の子の面倒をみるかは、大切な問題です。できるかぎり上の子が一番好きで安心できる人にお世話をしてもらいましょう。
- ④ 上の子が初めて赤ちゃんと対面する時、お母さんは赤ちゃんを抱かずにベッドの上に置き、上の子を抱っこしてください。そして「お兄ちゃんはいいい子だね、大好きよ」と愛情を示しながら「お兄ちゃん、妹の〇〇ちゃんよ、はじめまして」と紹介してあげましょう。
- ⑤ 出産の前後には、新しく習いごとをしたり、排泄のしつけを始めたり、幼稚園に通い始めたり、赤ちゃんのために寝る場所を変えたりするのは、上の子の心の負担になるので避けた方がいいでしょう。もし必要な時は、早目に済ませておくか、赤ちゃんとの生活に慣れてからにしましょう。

2) 赤ちゃんが生まれて家に帰ったら

赤ちゃんが家に帰ってくる日は、両親も祖父母も赤ちゃんを迎える準備で忙しく、上の子は家の隅に追いやられがちになります。上の子の心が傷つかないように注意しましょう。

- ① 家族の誰もが上の子を抱いて愛情を示してから赤ちゃんを抱くように心がけ、少なくとも上の子が家族から見向きもされていないと感じるような状況にはならないように注意しましょう。
- ② 実家の両親や友だちが、赤ちゃんのお祝いで訪れる時は、前もって「先にお兄ちゃんに挨拶をしてあげてね」とお願いしておきましょう。また会話が赤ちゃんのことばかりにならないように、ときどきお兄ちゃんも会話の中に入れてあげましょう。

3) 上の子の気持ちをを知る

赤ちゃんとの共同生活が始まったあと、上の子の気持ちの動きを感じながら子育てをしましょう。上の子は、心が落ちついていると兄・姉としてお世話をやきたがります。でもお母さんが赤ちゃんのお世話に一生懸命になっていると甘えたいくなります。このように上の子は、お世話したい気持ちと甘えたい気持ちが、行ったり来たりします。

- ① 上の子がお世話をやきたがると邪魔になりますね。でも上の子の心が芽生えたことに感謝して、よくほめてあげてください。また事故が起きないように「こうした方が喜ぶよ、危ないから抱っこはこうしてね」と教えながら見守ってあげましょう。
- ② 赤ちゃんにおっぱいを与える時、上の子は一番やきもちをやきます。赤ちゃんにおっぱいを与える前に、上の子としっかり遊び、そして「赤ちゃんにおっぱいをあげていいかな？」と聞いてあげてください。「イヤ!」と言ったらもう少し遊んであげましょう。また上の子にガーゼを持ってきてもらったり、赤ちゃんの手を握らせてあげたりして、お母さんと赤ちゃんの輪の中に入れてやると、上の子はとても喜ぶし安心します。
- ③ 上の子が赤ちゃんをたたくときは、お母さんにもっとかまって欲しい場合が多いです。また親がしつこく上の子をたたくと、上の子は親からされたことをそのまま赤ちゃんにする場合があります。

4) 上の子の心を育てる

上の子が赤ちゃんをよくかわいがり、ひどい嫉妬もなく順調に育っていても、さらによく育つ援助をすることが大切です。その基本は、長幼の序を守ること—すなわち、同時に世話や抱っこができないときは上の子を先にすることと、上の子の気持ちを尊重することです。

- ① お出かけの準備やおやつを与える時は、「お姉ちゃんが一番、赤ちゃんは二番ね」と話しかけながらすると上の子は、母親から大事にされ愛されていると感じるでしょう。
- ② 短い時間でもいいですから上の子と二人だけの時間をつくり、一緒に遊び、「大好きよ」と愛情の表現をしてあげてください。これは年が離れていても基本は同じです。年が離れている場合、お兄ちゃんの赤ちゃん時代のことを具体的に話してやると、お兄ちゃんはとても喜ぶます。
- ③ 下の弟が兄のおもちゃを欲しがり、兄がそれを拒んだ時は、「お兄ちゃんのおもちゃで遊びたいのね。でもお兄ちゃんが大事にしているおもちゃだから遊べないよ。こっちのおもちゃで遊ぼう」と下の子の気持ちをくみながら上の子の気持ちを尊重してください。もし貸してくれたら「お兄ちゃんはやさしいね」とほめてください。しかし、上の子が弟・妹のおもちゃを無理やり取り上げた場合は、「だまって取ったらいけません。『貸してね』と聞こうね」などと上の子を諭す必要があります。
- ④ 保育園や幼稚園の送り迎えのときは、おんぶひもやベビーカーを利用して、いつでも上の子を抱っこできるように両手を空けておいてください。兄弟を同時に迎えに行く場合は、上の子を先に迎えにいきましょう。
- ⑤ お母さんは、上の子の気持ちを大事にすることの意味を理解し実行していても、「上の子とばかり相手をして、赤ちゃんがかわいそう」と感じる場合があります。赤ちゃんは、おっぱいを与え、おむつをかえ、ときどき抱っこして声かけしてあげると十分満足しています。赤ちゃんは、お兄ちゃんが話しかけるととても喜ぶます。赤ちゃんがお誕生日ごろになるとお兄ちゃんのまねばかりするようになります。その時お兄ちゃんの心が安定し満たされていると、下の子をよく受け入れてくれます。下の子はお兄ちゃんのまねをしてすくすく育ちます。

C. さいごに

イリングワースは、「嫉妬に対するもっとも重要な予防策は、賢明な方法で愛情、理解、安心感を与えることである。両親が問題の性格を理解したら、戦いは勝ったも同然である」と述べています。

上の子が下の子をかわいがり、下の子が上の子を敬うようになれば、兄弟はほんとうに仲良くなります。お母さんは、けがや事故に注意し、たまに起こるケンカが始まったときにタイミングよく仲裁をするだけで、楽にそしてより良く子育てができるようになるでしょう。