

もう迷わない！

# ひとりっ子・きょうだいの育て方

何番目に  
生まれたか？は、  
関係なし！

「長男だから、しつかりもの」「末っ子だから、甘えん坊」。つい、そんなイメージをもつてしまいますが、実は、何番目に生まれたか？ということは、性格形成には、ほとんど関係がないのだそう。

「育て方でいくらか変わってくる」ところもあるかもしれませんが、気質というのは、生まれつきもっているものですね。親がすべきことは、その気質をいかによいほうへ伸ばしてあげられるかということだけ。まずは、その子を丸ごと受け止めて、そこから、人としてのルールをひとつずつ教えていけばいいと思います。お兄ちゃんだから、弟だからなんて、育て方で区別する必要はないんですよ」

〳〵違いを

つくってしまうのは、  
実は、親のほう？

「上の子には、早くしつかりしてほしいと思い、さらには下の子のお手本になってほしいと思ってしまう。その結果、あれはダメ、これはダメ、と、少々窮屈な育て方をしてしまうことも多いもの。対して下の子の場合には、上の子で『子どもは思うようには育たない』と、親も学習しているから（笑）、自然と力も抜け、おおらかに育てることになりがちですよね」

同じことをしていても、上の子だと「心配」になり、下の子だと、「元氣ねえ」と笑って見ていられるのは、生まれた順番によって、親の考え方に異なるフィルターがかかっているから。

「特に、1人目育児中のお母さんは、毎日ハラハラ。でもそれは、子どもを愛するがゆえですから、悪いことではないんですよね」



親が神経質になりがち

1人目

1 + 2 = 3 ...



ひとりっ子ときょうだいでは、性格に違いが出るのでしょうか？  
育て方を変えたほうがいいのか？  
いいえ、もって生まれた性質は、変わらないもの。  
ほんの少しだけ、  
親自身の接し方の違いはありますが、その子の個性を生かして向き合い、親も共に成長していけばいいのです。

お話をお聞きしたのは

田口 恵子先生

小学館アカデミー  
ちょうふ保育園園長  
世田谷区の公立保育園で保育士を経験し、認証保育所・認可保育所で施設長を経験。「お子さまも職員も共に得意を生かすあったかい保育」を目指している。自身も、ふたりの子育てを経験。



子育てに余裕が生まれる

2人目



無条件にかわいい

3人目以降



3人目以降ともなると、子育てはもう余裕！ 2人を育てたあとですから、少くく育児書と違う行動をしやうが、笑って見ていられる度量の大きさが備わってきます。「保育園でも、3人育てているお母さんは、とても大らかになっていますね。1人目では少し神経質だったお母さんでさえ、そうなります」。きょうだいの子育てもなれたもの。ただ、何もかもがかわいいと思ひすぎて、「ちょっとくらしい、やんちゃでもいいか」と、つい、甘やかしてしまう危険性があるかもしれません。

2人目になると、男女の違いはあるかもしれませんが、ほとんどの子育ての過程は、1人目で済ませているもの。そこで生まれてくるのが、親側の余裕です。「同じことでハラハラドキドキしていたお母さんが、2人目になるとドーンと構えて、たくましくなりますね。少々のことなら、笑って済ませられるようになるんです」。ただ、「きょうだいの子育て」に関しては、まだ初心者。子ども2人に囲まれて、その接し方に悩み、時々、迷いが出るのも2人目育児の特徴かもしれません。



## ひとりっ子 の場合



大切に  
したいこと

愛情をいっぱい！  
それは何より  
素晴らしいこと

初めての子ともである1人目は、両親はもとより、おじいちゃん、おばあちゃんからも愛情をいっぱいを受けて育ちます。みんなの愛情を一身に受けて育っていくこと。これは、とても素晴らしいことです。よく、「ひとりっ子はわがまま」などとも言われますが、そこは、お母さんがしっかりと目を配れば、何の問題もありません。家族の中に子どもが1人、という状態だと、どうしても子どもの意見が無条件に聞き入れてしまいます。そこを、きちんとコントロールすること。「相手にも（大人であつても）、気持ちがあり、されていやなことがある。自分1人の気持ちで行動してはいけない」と教えることが必要です。

よいこと、悪いことを  
きちんと伝える

周りに大人が多いため、自分の要求が、いとも簡単に通ってしまうのが、ひとりっ子の環境。大人のほうも、泣いたり、機嫌が悪くなるのを、つい面倒に感じ、「まあ、仕方ないか」とわがままを許してしまいがちです。電車の中で、急にお菓子を食べたいと言いつつ。少しだけなら、あるいは、電車から一度降りて……。」「そこで、大切にしたいのが、親が一度、冷静になること。『これって、正しいこと？』と、考え直してみてください。正しくないと感じたのなら、毅然と、『それはダメよ』と諭す感覚をもちましょう」

いろいろな人に  
関わってもらいながら  
育てる

きょうだいがいると、我慢すること、人に譲ることを自然に身につけていきます。この役割を、ほかの人にお願ひしてみよう。」「園などに通っていれば、お友だちがその役割をしますし、公園遊びの中での関係も大切です。ただ、同世代の子ともでなければいけないわけではないんですよ。お店の人に、挨拶をして喜ばれる、近所のおばあちゃん、荷物を持って感謝される。そんな他者との関係を積み重ねて、『世の中には、自分以外の人もいて、いろいろなことを感じている』とわかっていけばいいのです」

理想や形に  
とらわれすぎない

ひとりっ子だと、「まあ、いいか」の境地には、なかなかたどり着けないもの。育児書の通りに発達が進んでいないと不安になったり、周りの情報に、振り回されてしまったり。」「子どもを一心に見つめて、一生懸命、子育てをされているのはとてもいいことです。ただ、それによつて疲れてしまったり、子どもの自由な行動を押さえつけたりしてしまつと、親子共々息苦しくなつてしまいますよね。ひとりっ子のお母さんには、もつと力を抜いて、『まあ、いいか』と手を離すことも、必要かもしれませんね」



## きょうだい の場合



大切に  
したいこと

子ども同士の  
人間関係が  
自然に生まれます

2人きょうだいなら、上の子が下の子の面倒を見たり、下の子は上の子に憧れて背伸びをしたり。3人以上のきょうだいであれば、上と真ん中で、下の子をあやしたり、小さい子同士で連帯を組んだり。きょうだいがいると、家庭の中で、子どもだけの人間関係が構築されます。」「きょうだいがいることで、親があれこれお膳立てしなくても、我慢すること、自分以外の人の気持ち、他者への思いやりなどを日々の生活から学ぶことができますから、とても素晴らしいと思います。ただ、子どもの数が多いと、目が行き届かなくなつてしまうのも事実。子どもたちひとひととめにせず、一人ひとりに向き合うことを意識して」

一人ひとりの  
個性を受け入れる

きょうだいがいる場合、「上の子なのに、譲れない」、「下の子だから、わがまま」というように、親のほうから、「上の子」、「下の子」というフィルターを通して見てしまいがちです。でも、上の子は選んで上に生まれたわけではなく、下の子もそれは同じ。意識したいのは、親自身の、このフィルターをとりのぞくこと。子どもをひとりの人間として、見ることに、向かい合うことです。」「同じようにしても、違うように育つのがおもしろいのです。子どもの気質はもって生まれたもの。その子をよく見て、個性を伸ばしてあげて」

「お兄ちゃん」  
「お姉ちゃん」を意識  
させるのはほめるとき

頑なに、「平等」にこだわることはありません。年齢が違うのですから、できることも違う。子ども自身の受け止め方も違います。ただ、けんかをしたときなどに、無条件に「お兄ちゃんでしょう」、「お姉ちゃんなんだから」と、我慢を強いるのはやめましょう。」「上の子は、下の子が生まれてから、親は気をつけているつもりでも、何となくさびしい思いをしている場合が。ほめるときにだけ、『さすがお兄ちゃん！』などと使えば、『お兄ちゃん』であることにプラスの感情をもてるようになります」

こんなときは  
どうする？

年が近いきょうだい

0歳と2歳などの年の近いきょうだい。0歳は、身体的な世話、安全の確保が必要。2歳は心の成長の手助けが必要。お世話の種類が違うと割り切つて、「0歳を抱っこして2歳の相手をする」と、2歳は疎外感を感じてしまいます。例えば、おんぶで両手を空けて、2歳と遊ぶなどの工夫をしてみよう」

年が離れたきょうだい

「小さい子に、お母さんの手がかかるのは仕方ない」とわかつてはいても、「ひとりっ子」の時期が長かつた分、さびしい思いをしていることも多い、年の離れた上の子。」「上の子だけのスペシャルなお出かけなど、大きい子」だからこその特期待遇を、『いつでもあなたを見ていますよ』と、伝えるように」

上の子がいて妊娠中

妊娠中は、激しい運動はできなくなつてしまいます。上の子に、「赤ちゃんのせいで遊べない」と、マイナスの感情を抱かせないよう、体を動かせない分、家の中でできることを思いっきり楽しんで。「赤ちゃんが生まれたら、あんなこともできるね、など、楽しみにするような会話をしてみましょう」

上の子の赤ちゃん返り

下の子誕生から間もなくは、1人でできていた着替えを自分ではしづからなくなるなど、赤ちゃん返りをする子も多くいます。」「本当に、できないわけではなく、お母さんに手をかけてほしいだけ。『できでしよ』なんて突き放さず、しっかりと受け止めて、思い切り甘えさせれば、じきに落ち着きますよ」