

## きょうだいさんがもちやすい気持ちの例



だれも私を  
見てくれない…

寂しさ・孤立感



なにが起こってるの？  
コワイ！

不安・恐怖



ぼくがもっと  
がんばらなきゃ

プレッシャー



私はいらない子…？

自己肯定感の低下



### 「弟ばかり、ずるい!」「ぼくのせい…?」

子どもに重い病気や障がいがある時、周りの大人の目はその子に集中しがちです。その一方で、病気や障がいのある子どもの「きょうだい」たちは、いろんな気持ちをひとりで抱えることで、自身の存在価値を見失ったり、大人になっても残る傷になったりすることがあります。

## 「きょうだい」さんの安心を増やすために

「自分の居場所がある」「自分を見てくれる人がいる」「歓迎されている」と感じられる経験の積み重ねは、やがて安心の土台をつくり、人生を歩んでいく土台になっていくと、「きょうだい」さんたちが教えてくれています。この研修は、そんな安心を届けるにはどうすればよいかをみんなで考えます。



これまで**31都道府県**で開催、**1896名**が修了\*しています

楽しく学べました!体験するだけでなく、  
注意点や心がけていることをしっかり  
聞いてよかったです。(学生)

テキストに書かれている  
言葉の一つ一つがとても  
大切で重要なことばかりで、  
大きな価値を感じます。  
(特別支援学校教員)

医療者としての目線から、  
どんなきょうだい支援ができるか  
考える機会になりました。(看護師)

お問い合わせ：NPO法人 しぶたね

メール

sibtanev@yahoo.co.jp

<https://sibtane.com>



A 2021年4月発行