

障害児者のきょうだいについて共に考えてみませんか？

NPO法人 湘南障害児者を守る会 まつぼっくり

深見 勝弘

「気づく」

障害児者がいる家庭の親やきょうだい児に必要なことは、今おかれている状況を再確認し、問題点や不具合に「気づく」ことだと思います。

そこで、「気づく」ためにチェックシートを作成し（親用ときょうだい児用）ひとつずつチェックしていきましょう。そうすることで今までは気づかなかったような自分の感情や思い、状況が整理され色々なことに気づくことができるでしょう。

さらに可能であれば両親ときょうだい児がお互いの結果を見比べてみましょう（無理強いは×）。きっと今まで知らなかった相手の考えが見えてくることでしょう。また、わかっていたであろうことも再確認できることでしょう。

チェックシートを始める前に

○このチェックシートは「今の状況の確認」をし、「感情」を吐き出し、「思い」を確認することが目的です。

そのため、問題点について深く掘り下げ、追求するようなことはしません。あくまで、問題点に家族全体が「気づき」、そのことについて家族で考え話し合ってもらうことに意味があります。

○子供が参加することが難しければ親だけでもやってみてください。きっときょうだい支援の第一歩になると思います。

○チェックを開始する前に気を付けてほしい点があります。それは「あまり深く考えずに感じたままをチェックしていくこと」です。そして全てのチェックが終わった後に深く考えてみてください。今まで見えていたつもりでも見えていなかったことがたくさんあることに気が付くことでしょう。

NPO法人 湘南障害児者を守る会 まつぼっくり 深見 勝弘（ふかみ かつひろ）

TEL:0466-43-2705 FAX:0466-43-2700 Email : katsuhiko@npo-matubokkuri.jp

URL: <http://www.npo-matubokkuri.jp/index.html>

家族やきょうだい児について思うまま、感じたままにチェックしてください。一つだけに○をつけるのではなく二つ以上に○をつけてもOKです。深く考えずにチェックしていき、最後に全体を思い返してじっくり考えてみてください。

- ・一日の中で障害のある子にかかわる時間はどれくらいありますか？
 - ア、一日中つきっきりである。
 - イ、少しは離れていられる。
 - ウ、長い時間一人で遊んでいたりする。
 - エ、まったく手が掛からない。

- ・一日の中または、一週間の中できょうだい児とゆっくり過ごす時間はどれくらいありますか？
 - ア、ほとんどとれていない。
 - イ、一週間の中なら少しはとれる。
 - ウ、毎日少しはとれている。
 - エ、毎日たっぷりとれている。

- ・夫婦間のコミュニケーションはしっかりととれていますか？
 - ア、ほとんどとれていない。
 - イ、重要なことはとれている。
 - ウ、かなりとれている。
 - エ、十分にとれている。
 - オ、片親である。

- ・親ときょうだい児間のコミュニケーションはしっかりととれていますか？
 - ア、ほとんどとれていない。
 - イ、重要なことはとれている。
 - ウ、かなりとれている。
 - エ、十分にとれている。

- ・あなたは障害のある子の障害について理解していますか？
 - ア、わからない。
 - イ、少しわかる。
 - ウ、結構わかっている。
 - エ、十分に理解している。

- ・きょうだい児に障害のある子の障害について話したことはありますか？
 - ア、まったく話したことがない。
 - イ、話していないが見ているのでわかっている。
 - ウ、それとなく話したことがある。
 - エ、十分に話している。

- ・きょうだい児に障害のある子との将来の関係について話したことはありますか？
 - ア、考えたこともない。
 - イ、親が面倒を見ようと考えている。
 - ウ、話していない。
 - エ、それとなく話したことがある。
 - オ、十分に話している。

- ・きょうだい児が現在や将来に不安を感じているのでは？と考えたことはありますか？
 - ア、考えたこともない。
 - イ、考えないようにしている。
 - ウ、それとなく考えたことがある。
 - エ、十分に考えている。

家族やきょうだい児について思うまま、感じたままにチェックしてください。一つだけに○をつけるのではなく二つ以上に○をつけてもOKです。深く考えずにチェックしていき、最後に全体を思い返してじっくり考えてみてください。

・家で過ごしている時間は落ち着きますか？

ア、まったく落ち着かない。

イ、少しは落ち着く。

ウ、すごく落ち着く。

エ、考えたことがない。

・お父さんやお母さんとゆっくり過ごす時間はありますか？

ア、まったくない。

イ、一週間の中に少しだけある。

ウ、一日の中にすこしだけある。

エ、たくさんある。

・家族の仲は良いと思いますか？

ア、まったく思わない。

イ、良いと思うこともある。

ウ、普通。

エ、とても良い。

・きょうだいの仲は良いと思いますか？

ア、まったく思わない。

イ、良いと思うこともある。

ウ、普通。

エ、とても良い。

・あなたはきょうだいに障害があることを知っていますか？

ア、よく知っている。

イ、少しは知っている。

ウ、そんな気はしている。

エ、考えたこともない。

・お父さんやお母さんからきょうだいの障害について教えてもらったことはありますか？

ア、たくさん教えてもらった。

イ、少し教えてもらった。

ウ、まったくない。

エ、聞きづらい。

・障害のあるきょうだいのことで嫌なことはありますか？ありましたか？

ア、たくさんある。

イ、少しある。

ウ、あまりない。

エ、まったくない。

オ、そういうものと思っている。

・友達に障害のあるきょうだいのことを話すことはできますか？

ア、できない。話したいと思わない。

イ、話をできる相手がいない。

ウ、少しなら話せる。

エ、たくさん話すことができる。

- ・友達にきょうだいの障害について自分が教えてあげられたらいいのになぁと思いますか？

ア、思う。

イ、少し思う。

ウ、思わない。

エ、話したくない。

- ・自分の家族が他の家族とは違うと感じたことはありますか？

ア、すごく感じる。

イ、それなりに感じる。

ウ、あまり感じない。

エ、まったく感じない。

- ・将来、障害のあるきょうだいの面倒を見なければならぬと感じますか？

ア、すごく感じる。

イ、それなりに感じる。

ウ、あまり感じない。

エ、まったく感じない。

オ、親からそう言われている。

- ・お父さんやお母さんに対して「不満」や「要望」はありますか？

ア、たくさんある。

イ、少しある。

ウ、あまりない。

エ、まったくない。

- ・このチェックシートをお父さんやお母さんと見せ合うことはできますか？

ア、したくない。

イ、今はできない。

ウ、できそうな気がする。

エ、ぜひやってみたい。

最後に全体を見返して感想をご記入ください。