



小林市立永久津小学校 校長通信

令和7年12月23日 特別号 (文責 校長 吉井秀一)

: (0984) 23-3515 E-mail:nagakutukko@miyazaki-c.ed.jp

のぞいてみましょう

子どもとメディア・ゲームの世界

保護者の皆様には2回にわたる「スマホ等に関するアンケート」にご協力いただき、ありがとうございました。本校でも、多くの子どもたちがyoutubeなどの動画を見ることに長い時間を費やしていることがわかりました。

今回は、12月15日(月)にオンラインで行われた吉川徹氏(愛知県西三河福祉相談センター児童専門官)の講演会から、ヒントになるキーワードをピックアップしました。

保護者の皆さんが目の前のお子さんに向き合い、考える機会にしてくださいと幸いです。

1 「ゲーム行動症」(国際疾病分類)

(1) 診断の基準

- ゲームの開始、頻度、時間、終了などの制御が難しい。
- ほかのことへの興味や生活行動よりゲームを優先する。
- 身の回りに問題が起きているのにゲームを続ける。
- 上のような行動が2か月以上続き、社会生活に支障が生じている。



(2) 状態

「ゲーム行動症」は依存症である。依存症とは、物や行動(嗜癖^{しへき})に頼り、家族や社会とのつながりを失って孤立している状態。解決する過程で親と子に対立関係になれば、ますます解決を遅らせることになる。



2 子どもとの約束

(1) 約束は大人が守る

楽しくてしょうがないゲームの約束を子どもが守るはずがない。「約束」は子どもが守るものではなく大人が守らせるもの。ゲームを取り上げても解決につながるのはまれで、親子の対立がひどくなれば暴力や家出につながる危険性もある。

(2) 今できることが目標

約束を作るときの目標は「現状維持」。できない目標を設定してもすぐに崩れる。まずは守る、守らせることのできる約束から始める。約束は小学校に入る前など低年齢ほど作りやすく、守らせやすい。中高生になると、自律に任せるしかなくなる。

(3) 約束の価値を上げる

約束を守る経験の積み重ねでその価値は上がる。守らない状態や放置された状態が続けば「約束しない」「約束は守る必要がない」ことを子どもは学んでしまう。

裏面につづく

3 一番むずかしい約束は「おしまい」

(1) 受け入れやすくする

「おしまい」の時には、「次に使う機会を約束する」「食事などおしまいにするきっかけをつくる」「次のスケジュールを決めておく」など、子どもが受け入れやすい環境づくりが大切。

(2) 大人ががんばる

一番難しい「おしまい」に大人が根気よく丁寧にかかわる。叱ったり投げ出したりしては約束は崩れる。一番おもしろいことをやめるのだから子どもの心は乱れるのは当たり前。乱れた気持ちを安全に立て直す手伝いをして、「ゲームをおしまいにすることを嫌がらない子ども」を育てる。

(3) 「できた」を積み重ねる

1時間ゲームして1回おしまいにするより、20分のゲームを3回して、3回おしまいを練習するなど、トレーニングを工夫してみる。おしまいが上手になってきたら1日の時間を決めて時間配分は任せるなど少しずつ自律へとつなげる。

4 メディア・ゲームだけで考えない

(1) その前にやることがある

歯磨き、お風呂、勉強...人生に必要なことが嫌になっていない、その必要性を理解していることが大切。もし、それが不十分だとしたら、それらの習慣や理解を育てることの方が先。



厳しいしつけや言い聞かせではなく、「楽しい」「うれしい」「気持ちいい」感覚と結びつけながら「できる・できた・ほめられた体験」を積み重ねることが大切。

(2) ゲーム時間を減らすことを目標にしない

ゲーム時間を減らそうとしてもやりたい・続けたい気持ちには勝てない。ほかのことに「好き」を見付け、ゲーム以外の活動時間を増やすことを目標にする。

(3) できれば子どもに知られたくないこと

「大人がネットを子どもから遠ざけたいと思っている」ということ。このような態度は「大人に話しても何の助けにもならない」という意識をもたせてしまう。

(4) できれば子どもに知っておいてほしいこと

「ネットとゲームのほかにも楽しいこと、やりがいがあることがこの世の中にはたくさんある」ということ。

これはお説教では伝わらない。料理する、釣りに行く、キャンプに行く...一緒に経験や体験を積み重ねて感じさせたい。



メディア・ゲームの世界は まだまだ分からないことばかりです。
これからもいっしょに学びながら 子どもを健やかに育てていきましょう。