

◇スマートフォンへの依存が見られる生徒

【Q】 中学校1年生の女子の保護者です。スマートフォンを食事中も画面を見て離しません。マナーの問題だけでなく、娘の生活が乱されていくようで心配です。親としてどのように接し、注意したら良いのでしょうか？

【A】 スマートフォン所持の年齢は年々下がっており、近年では小学校3・4年が対策の水際だとも言われています。

スマートフォンから繋がるインターネットの世界は、子どもたちにとって大変魅力的なサービスに溢れています。動画やゲーム、ソーシャル・ネットワーキング・サービス（SNS）での結びつきが学校の話題となるようにもなりました。

しかし、スマートフォンは常に手元に置くことができ、時も場所も選ばず使えるところに問題発生の可能性を含んでいます。相談者さんがお悩みのように本来の家庭生活が乱され「学校を遅刻・欠席する」「ひきこもる」「家族に暴力を振るう」といった事態も起きています。この本来の生活や体調を崩してまでスマートフォンの使用にのめり込んでしまう事態について、次のように向き合ってみてはいかがでしょうか。

①適正な使用ができる環境を整える

スマートフォンのアプリでは、オンラインゲームやSNSなどのサービスが、大人だけではなく精神的な発達が未熟な子どもたちにも開かれています。大人でも自分を律することができずに病的な依存症に陥るものを、子どもたちが自分で律することは困難です。そのため就寝時には親が端末を預かって管理したり、フィルタリングサービスを利用して接続先を制限したりするなど、適正な使用ができる環境を整えることが大切です。

②家族でルールを話し合い、みんなで実行する

インターネットの光と闇の部分の踏まえながら子どもと向き合い、使用する時間や置く場所について家族でルールを考えましょう。その際「なぜルールの設定が必要か」についても子どもの発達段階に応じて話し合しましょう。このようにして、親の目の届く範囲でインターネットを使用させることで、子どもたちが犯罪に巻き込まれないようにしましょう。

ルールを決めたなら、子どもの自主性を尊重しながら親もルールを守り、範を示すことが大切です。大人である私たちも子どもと一緒に実践してください。