

令和4年9月
調和小学校
のがわ教室



夏休み明けは心身の不調を感じやすい時期でもあります。子どもたちの様子を丁寧に見取り、安心して学校生活を送ることができるように在籍学級の先生や保護者の方と連携して指導を進めてまいります。2学期もどうぞよろしくお願い申し上げます。

在籍学級の行事や時間割変更など、やむを得ない事情により通級の指導を欠席する必要がある場合は、早めに通級担当または各校の専門員までお知らせください。指導回数を確保するため、別の時間に振り替えて指導を行う場合もありますので、ご承知おきください。

「ネット・ゲームとの付き合い方について考える」

5月31日、児童精神科医の三木崇弘先生をお招きし、教員研修会を実施しました。テーマは、「ネット・ゲームとの付き合い方について考える」でした。このことについて、日々頭を悩ませているご家庭も多いことと思います。以下に講演の概要を載せますので、ぜひご一読ください。



① 親がゲームについてどう考えているかを整理しておく

- ・ゲームの何がいけないのか、やり過ぎは何故ダメなのか、子どもが納得できる理屈を用意する。
- ・子どもに親の論理が通用しない場合、最後は「我が家の方針」として線を引く。

② ゲーム障害・依存について

- ・①自分でコントロールできているか(気づきと反省ができるか)②ゲームの優先順位が高くなっているか③やらないとイライラするようになっていないかの観点で考える。
- ・子どもの脳機能は未発達で、感情をもともと調整しにくい。
- ・ゲームなどの短期的に報酬が出るものはドーパミンが出やすく、喜びを感じる。しかし、その刺激にすぐに慣れてしまうため、ゲーム使用頻度や量が多くなる。
- ・危険因子…親がゲームに肯定的で子どもの前でもゲームをしている など
- ・防御因子…子ども自身の実生活の充実 など

③ ゲームについて親が知っておくことが大切

- ・ゲームにはハマりやすい仕組みが張り巡らされている。(イベント、連続ログイン、レアアイテム、SNS連携など)
- ・親がゲーム機などの機能を使いながら、時間や頻度などのモニタリングができるようにしておく。

〈スマホ・ゲーム中毒の分類〉

- ・SNS×リアル…学校の人間関係が家庭内に。そこから脱落することに恐怖を感じる。
- ・SNS×架空…手軽な人間関係の形成、全く知らない人とのつながりができる。
- ・ゲーム・Youtube×仕組み…手軽さから始めやすい。ずっとそのことを考え続ける。

無料から課金へ。

- ・ゲーム・Youtube×SNS…ネット上でコミュニティが形成され、その中で役割を与えられる。

④ ゲーム依存の予防のために

- ・ゲーム利用に関しての3つのリテラシー(①使える②使いすぎない③安全に使う)を身に付ける。
- ・子ども自身が自分のゲーム利用についてどう考えているか確認し、話し合いながら対処。
- ・約束は守れるものから始めて、ゲームを自分でおしまいにできる経験を積んでいく。終了時間の前から親が声掛けや動機付けをしたりする。たとえ、時間が超過しても感情的にならずに冷静に声を掛ける。
- ・現実の生活の充実が大切。ゲーム以外のことで大人が楽しむ姿を見せたり、様々なコンテンツを子どもに利用させたりして、ゲーム以外の子どもの楽しみを見つけていく。
- ・ゲーム購入の際には親の物として購入し、子どもに貸し出す形がよい。ルール(使用場所・時間、利用サービス・使用金額、守れなかった時の罰則)を子どもと決め、決めたことを書面に残す。家族も一緒にルールを守るなど規律を守る雰囲気をつくることも必要。