

スマホ時代の子育てを考える／中・高校生編

家庭で話そう！ スマホのルール

新入学に向けて、子どもにスマホを持たせるか考えるこの時期。便利な反面、ネットトラブルや犯罪に巻き込まれるのではないかと、不安を感じる人も多いことでしょう。そこで、持たせる際の注意すべき点、家族で守りたいルールなどについて、NPO法人e-Lunch(イーランチ)理事長の松田直子さんに話を聞きました。(関泉記者、寺田美保記者)

親子のコミュニケーションを大切に



NPO法人 e-Lunch(イーランチ)
 理事長 松田直子さん
 情報化支援と女性の社会参加を
 応援するNPO法人「e-Lunch」を
 設立。全国で生徒や保護者、教
 育関係者向けにインターネット
 の安全利用に関する講演や教室
 を行う
 e-Lunch事務局／焼津市越後島
 385 ☎054(626)2100

「できればまだ持たせたくないとする親も多いことでしょう。しかし今やスマホ所持率は、高校生で94%。いずれはほぼ全員が持つのが現状です」と話すのは、全国でインターネットの安全利用について講演を行うNPO法人e-Lunch理事長の松田直子さん。

「いつかは向き合わなければなりません。何もトラブルが起きていないのに危険性について話しても、実感が湧きにくいので、インターネットにまつわる事件が報道された時こそ、“どんなリスクが隠れているか”を家族で話し合うチャンスです。ネットに書き込む意味や、文字コミュニケーションの難しさを伝えるために、ニュースの事例を上手に使うのも手ですよ」

日々の生活が充実し、精神的に満たされている子どもは、過度のスマホ依存や、トラブル・犯罪に関わる確率が低いそうです。「寂しい思いをしていたり心配事があると、心のすき間を埋めようとスマホに依存しがち。“子どもの様子を気にかけること”“密にコミュニケーションを取り、何でも気軽に話せる関係を作ること”が大切です」。



「わが家のルール」を作ろう！

スマホ購入前に、各家庭に合うルールを作りたいもの。親子の良好な関係を継続する上でも大切なルール作りのポイントを紹介します。

1 子どもに考えさせる

「自分に必要なルールは何か？」を問い、まずは子どもに考えてもらいます。不完全な場合も多いので、親がアドバイスし、付け加えるなどして完成させます。“時間”“場所”“場面”“使い方”についての要素を入れ、上手に使う方法を一緒に考え、決めたら紙に書いて残すこと！

「自分で決めることで、行動に責任を持つようになり、また、“自律心”の育成につながります」

- 「言った」「言っていない」のトラブル回避のために、決めたルールは紙に残す！
- 自分で決めることで、“自律心”の育成に

2 無理なく守りやすく！

「スキのないルールで固めてしまっただけだと窮屈ですよ」と松田さん。現実的で、無理なく守りやすく設定することが大切です。

守れなかった場合のペナルティも最初に決めて、“3日間親が保管する”“1週間の使用禁止”など具体的な言葉でメモに残して、「次は守るから返して」などと懇願されても、厳然とした態度で約束を守りましょう。

- 守れたらほめることで子どものモチベーションアップ！
- ペナルティも購入前に決めておく

3 こまめに見直す

成長するにつれて、心配なことや問題は次々と変化していくもの。「SNSやアプリの流行の移り変わりは早いため、こまめに見直しましょう」。

年齢や状況…必要に応じて家族で話し合い、その時々合うルール改正を。直近で困っていることを追加したり、守ることが当たり前になったことは削除するなど、柔軟に対応して！

- 成長段階に合わせて、こまめに見直しを
- 子どもと密にコミュニケーションを取っていれば、ルール改正もスムーズに！



手本となる使い方をしていますか？

「ながらスマホ”長時間のゲーム””SNSへの投稿”…子どもは親の姿を良く見えています。ルールは、子どもの前で親が手本となるのが大事。お母さんだけでなく、ルール作りにはお父さんも一緒に参加して、“親の約束ごと”も最後に付け加えましょう。家族みんなで、節度ある上手な使い方ができたらいいですね」

「子どもにスマホを持たせる」ことは「自分の襟を正す良い機会」になるのでは。

