



栄小サポートだより

2022.11.1

特別支援教育データ：増子

スマホに自分で考える力を奪われること

学力低下は皆さん心配されることですが、もっと心配なのは、**自分で考える力の低下**です。スマホに依存していると、「LINE が来る ⇒ それに返事をする」といった、スパンの短いやりとりが多くなります。**刺激が来たらそれにどう反応するかといった非常に短い時間のやりとりが中心**になるため、結果としていつの間にか**思考のスパンが短く**なります。そうすると、じっくりと自分で考えるということ機会と時間がどんどん減少していきます。



このように、今の子ども達は、【LINE でこういう情報が入ってきた】⇒【それにどう反応するか】ということに絶えず追われていて、自分のペースで考えるということができにくくなっていると言われています。自分で考えるよりネットで検索して、いろいろな情報にふれるということをしていると、「ああ、ここでこんなことを言っているから、『こうなんだな』『ああなんだな』…』と安易に情報を取り入れる**受け身のスタイル**になってしまいます。ふれる情報の量以上に重要なことは、ふれた情報を自分で考え、選択し、自分の生活にどう役に立てるかということなのに・・・

自己選択をするというのは、面倒なこと… でも 大事！

あまり言われていませんが、自己選択をするというのは、案外、なかなか大変なことなのです。他人に決められるのではなく、自分で物事を選ぶというのは、自由ですばらしいことであると同時に、責任が伴う負荷が大きいことです。

けれども、人生というのは自分で選んでいくしかありません。だからもし自己選択できないと、結局、自分で考えない人間になってしまいます。「**スマホで流れてきた情報によると、みんなで○○しようってなってるから、自分もそうしよう**」と安易に流されてしまうというような感じです。そこに提示された情報が、「よいのか悪いのか、単に面白いことだけですむのか、人を傷つけることにつながるのか」といった善悪の判断を自分でしないことが怖いことです。そのとき「**ちょっと待てよ、僕はどうすべきなんだろうか**」と考えられるかどうか重要な分かれ目です。たとえネットやLINEで、こっちのほうがいいらしいとなっても、「**じゃ、そうするか**」とならずに、「**ちょっと待てよ、ほんとにそうなんだろうか**」と考えられるようになる。そのためには、幼い頃からの小さなことでも自分で考える習慣・決断する習慣の積み重ねが必要なのです。

スマホによって365日24時間続いてしまう 学校での人間関係

学校での人間関係って、けっこう気を使うと思います。どの子ども程度の差はあれ、感じています。以前は学校に行っている時間だけでよかったのが、今は**365日24時間、夏休みも冬休みもなく、夜も朝もなく、スマホによってずっと続いてしまう**ので、しんどい思いをしている子どもも少なくないのではと思います。それに加え、SNSによる人間関係のトラブルやいじめが起きているのが、日本の子ども達を取り巻く**スマホ環境**です。つらいと思うし、スマホの悩みは親になかなか言えないことも多いと言います。

スマホから離れられる時間がないことでストレスや同調圧力が増長されていきます。そして学校の人間関係をずっと引きずり、「**LINEのやり取りなどで気持ちが高ぶって行って、その場の思い付きでメッセージを書いて、つい送信となり、トラブルが起きる**」結構ありがちなトラブルです。



スマホの教科書と評される 「スマホ 18 の約束」

ご存知の方もいらっしゃるでしょうか？理想的なスマホに関する約束だということで、全世界で話題になった、とても有名な「スマホ 18 の約束」。親子の間でのスマホルールの好例として、紹介しておきたいと思います。

2012年13歳の少年のグレゴリー・ホフマン君はiPhoneが欲しいと言ったのです。クリスマスプレゼントが届き、入っていたのはiPhoneで大喜びした時、そこにお母さんからの手紙が入っていました。

その手紙のタイトルが母と息子のスマートフォンに関する契約書、「スマホ 18 の約束」でした。日本でも、これを東京新聞が2013年1月8日の記事で取り上げて、翌日の日本テレビの「スッキリ」で取り上げられて大評判になったそうなのです。

「スマホ 18 の約束」

スマホの約束 1

「これは母が買い与え、料金も払っているものです。あなたに貸しつけたスマートフォンです」

スマホの約束 2

「パスワードは親が管理します」

スマホの約束 3

「父や母からの電話にも礼儀正しく、必ず電話に出ること」

スマホの約束 4

「学校がある日は午後7時半にスマホを母に返却すること」

「週末は夜9時になったら親に携帯を引き渡すこと。夜の間は電源を切り、また朝7時半に電源を入れます。固定電話で電話すべきではない時間にメールや携帯電話で話すことはいけません。お互いの家族のプライバシーを尊重しましょう」

スマホの約束 5

「学校に持って行ってはいけません。メールではなく対話をしなさい。人との会話は大切な技能です」

スマホの約束 6

「故障・紛失の際の修理や取り換え費用は、あなたがもちます。その費用は自分で準備しておきなさい」

スマホの約束 7

「ほかの人に対して嘘をつくこと、ばかにすること、欺くことに使ってはいけません。たとえ誘われても人を傷つけるような会話には参加しないことです」

スマホの約束 8

「面と向かって言えないことはメールでも言わないこと」これ、とても大事ですね。

スマホの約束 9

「自分をチェックしなさい」「相手の親がいる前で言えないことはメールでも言わないこと」

次号に続く



栄小サポートだより

2022.11.2

特別支援教育コーディネーター：増子

スマホの教科書と評される 「スマホ 18 の約束」 続き

スマホの約束 10

「ポルノは禁止。 必要であればお父さんやお母さんに聞いてください」

スマホの約束 11

「あなたは礼儀正しい子です。それを崩さぬよう公共の場では電源を切るか音を切り、しまっておくこと」

スマホの約束 12

「隠しておくべき自分のプライベートや他人のプライベートの写真を送ったり受け取ったりしないこと。あなたは賢い子ですが、 そうするようにと誘惑されることがあるでしょう。こうした行為は、 あなたのこれからの人生を台なしにする恐れがあります。 あなたよりも膨大な力をもつサイバー空間で一度外に出た悪い評判を消すことは困難だからです」

スマホの約束 13

「むやみやたらに写真やビデオを撮らないこと。 あなたの経験は永遠にあなたの中のメモリーに保存されます」

スマホの約束 14

「たまには携帯を家に置いて出かけましょう」

「携帯がなくても生きていけるようにしなさい。 みんながしていることを逃すのではないかという恐れよりも、 強くなりなさい」

スマホとどうつきあうかを考えるときにいちばん大事なことを教えてくれていると思います。【スマホなどに煩わされずに一瞬一瞬を外に目を向けて体験する】という五感で感じる体験の大切さ。実は気づかぬうちにその体験の自由がスマホによって奪われているのです。スマホによって私たちは日々のすがすがしさがずいぶん失われたのではないかという感じもします。このルールは、 **人生というものは、そもそもスマホを通して見るものではなくて、生でじかに体験するものなのだ** ということを教えてくれています。



スマホの約束 15

「新しい音楽またはクラシック音楽、 またはあなたたちの世代 みんなが聞いている音楽とは違う音楽をダウンロードしてください。 あなたの世代は歴史上で今までなかったくらいいろいろな音楽にアクセスできる世代です。 それを活用してください。 視野を広げてください」

スマホの約束 16

「時々ワードゲームや、パズルや、知能ゲームなどで遊んでください」

スマホの約束 17

「上を向いて歩いてください。あなたの周りの世界をよく見てください。窓から外を覗いてください。鳥の鳴き声を聞いてください。知らない人と会話をもってみてください。グーグル検索なしで考えてみてください」 検索する前に自分の五感で捉え、考えることです。

スマホの約束 18

「最後に、あなたがミスをしたなら携帯を取り上げます。そして最初から考え直していきましょう。問題はあなただけの問題ではなく、私たち家族の共同のプロジェクトだからです」これがとても大事なことだと思います。

「スマホ 18 の約束」を「家族の話し合いのたたき台に

「スマホ 18 の約束」は、見ていただければわかるように、家族で話し合うべきことがほぼ全部網羅されているので、ヒットするのもよくわかるなと思います。ですから、家族でルールを決める話し合いのたたき台として、あらかじめ用意しておいて、これを前にしながら話し合うことをおすすめしたいと思います。

というのは、家族でルールを決める時、親子でもめるとこともありそうではないですか？「友だちは夜寝るまでずっと使っているのに何で僕だけこんなに早く返さなきゃいけないんだ」とか。そういう時にあらかじめ、**これが世界標準のルール**なのだというものを示したうえで話ができるといいと思うのです。



私自身も、この約束の中で「**スマホの約束 14 番**」をさっそく取り入れました。「人生というのは、そもそもスマホを通して見るものではなくて、生でしかに体験するものなんだ」ということを教えてくれるところが心に響いたからです。持っていないと携帯を気にすることなく、なんだか少し自由になった気がしますよ。自然と目の前の出来事だけに集中できたりもします。



人生というのは、自分で決めて 自分で実行するしかないもの、すべきもの

長い目で見ると、**子育て・教育とは、「子どもが自分で始めて、自分で実行できる力をつくる」** 手助けを親や教師がしていくことなのだと考えさせられます。



**私は私の人生を自分でコントロールできる。
私は私の人生の主人公なんだ。**

こういった、自分が自分の人生をちゃんと自分でコントロールできているという「主体の感覚」「自己選択の感覚」これを育てていくことが子育て・教育で最も大切なことのひとつです。そしてこの自己選択を積み重ねることはまた、自己肯定感を育むことにもつながる、

スマホとのつきあい方も、自分で決め、自分で実行できる人間 になることが大切です。



自己決定できる子どもに育てることが、今、私たち大人に求められていることなのではないでしょうか？
引用文献「スマホに負けない子育てのススメ」主婦の友社 (H30.9.30) 明治大学教授 諸富 祥彦