陽だまりカフェ　　（参加者皆さんのご意見をまとめました）

B グループ「携帯・スマホ・ゲーム機の約束は守れていますか？」
～自分をコントロールする力・切り替え力どう育てる？～

＜現状は？＞

・友達とオンラインゲームをやっていてなかなかやめない→友達関係が悪化することがある　・課金を勝手にしていた　・アプリを勝手にダウンロードしていた　・辞書を開かなくなった　・時間を決めてもなかなか守れない　・テスト前は使用禁止→落ち着きがない　・家庭のルールを友達に知られるのが恥ずかしいようだ　・画面を見ている時間が長いのでコミュニケーション能力の低下が心配　　・・・

＜課題＞・いつからスマホを持たせる？　・どんな約束ごとをつくればいいか？　・約束を守らせるにはどうすればいいか？　・自分をコントロールする力はどうしたら身につく？　　・・・

＜解決策！！＞

・親もスマホ、SNS などの知識が必要
・約束した時間を過ぎたら、その分できなくする
・なぜ、そのルールをつくったのかを説明する
・スマホ・携帯が親子のコミュニケーションになることもある
・スマホ・携帯は人をダメにするくらいの考えでいることが必要
・中学卒業するまで、スマホを持たせない
・家ではタブレットを使用
・充電する場所を制限する
・週一回ゲームなし、ノーメディアデーがある
・夢中になれることを見つけたらゲームを卒業した
・現大学生の場合、大学受験の時にスマホを親に預け勉強を始めた
・高校生になれば自己コントロールがつく
・テストで悪い点を取ってしまったとき、次のテスト前には親に自らスマホを預けた

ゲームをする時のルール決めが大変という意見が一番多かったようでした。大人も今や必要不可欠の携帯電話、端末。そしてコミュニケーションツールで浸透している SNS。心して使うのか、それとも子どもと楽しみながら親子で学んでいくのか、家庭によっても考え方は様々です。皆さんが意見を交わす中で、様々なヒントをいただきました。