

みなさんこんにちは【 T 】です☆

突然ですが、「今日一日大好きな〇〇をやめてください」と言われたらどうしますか。お酒、たばこ、ゲーム、ネット・・・〇〇に入る言葉は人それぞれあると思いますが、素直に「じゃあ今日くらいはやめようかな」となるか、逆に「なんでやめなきゃならないの!？」と怒るのか、どちらでしょうか。

注意をされて、反発したり暴言を吐いたり暴力を振るう場合、それはすでに「依存」である可能性が高いかもしれません。

先日、当センターで行われた「子どものまなびを支えるセミナー」(10/14実施)では、未来の風せいわ病院の智田文徳(ちだふみのり)先生から「スマホ・ゲーム依存が子どもの発達に与える影響とルール作りのポイント」と題し講義をいただきました。



【事業実施報告】

<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/report/report.html>

講義の中で智田先生は、「好き」でやり過ぎることと「依存」の違いを正しく理解してほしいこと、また「依存」は心のブレーキが効かず、コントロールができない状態だということをお話されました。講義を聞きながら、もしかしたら自分も依存症かもしれないと、思い当たる部分がありました。**※心のブレーキができあがるのは25歳になった頃だそうです!**

さらに智田先生は、依存症になりにくい人の特徴について、①自分の良いところ、悪いところを知っている②学校に自分の居場所がある③悩んだり困ったりした時、人に頼ることができるという3つを挙げられました。

子ども達がゲームやネットの世界ではなく、リアルな世界で居場所を作ったり周囲との信頼関係を築いたりすることができるよう、子ども達に関わる大人が見守り、支えていきたいものですね。【 T 】

「皆で岩手の子ども達を守りましょう!」(←智田先生の言葉です)

☆メルマガへのご感想、アドレス変更・配信停止はこちらへ(^\_^)/

[kosodatem@pref.iwate.jp](mailto:kosodatem@pref.iwate.jp)

★=====★

【発行】岩手県立生涯学習推進センター

【HP】 <http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>

【Facebook】 <https://www.facebook.com/manabinetiwate/>

【Twitter】 <https://twitter.com/manabinetiwate>

