

ゆうこうの家 通信 VOL.12

自粛期間どうしてた？



令和2年度は、新型コロナウイルスのため、3～5月は学校が休みになる中で、ゆうこうの家は休むことなく、ほぼ通常通りの活動を行いました。感染を心配してお休みされる方もいましたが、逆にどこにも行く場所がない中で、ゆうこうの家が通常通り開所していることに感謝されることもありました。今回は自粛期間のプラス面とマイナス面について皆さんのご意見をまとめてみました。

よかった！

1. YouTubeで簡単なお菓子作り動画を調べて一緒にお菓子を作った。
2. ダンス動画で一緒に踊って筋トレ、ダイエットができた。
3. 親子で”あつまれ！どうぶつの森”にハマってのんびり穏やかに過ごすことができた。
4. 子どもと一緒にゲームをする時間ができたことで、色々と話す話題が増えた。
5. 親が昔はまっていたゲームの話などで盛り上がり、改めてゲームって面白いなと思った。

こまった！

1. 友達との通信時間が増えて、家での過ごし方がゲームばかりになった。
2. ゲームやYoutubeの使用時間を決めたが、ゲーム等ができなくなると、「ひまー！」「何したら良い？」のオンパレード。
3. 保護者も1つ2つは提案しても、「つまんない」と言う返事しか返ってこず、子どもが興味を持つ提案ができず悩んだ。
4. YouTubeにはまり、YouTuberが深夜にやる生配信を見たがって昼夜逆転になってしまった。
5. ゲームで知らない間に課金をしていた。
6. ゲーム時間が増えて言葉遣いが乱暴になった気がする。

よかった！ こまった！

スマホ・ゲーム

新型コロナウイルスの広がりにより、自粛期間中は外出することも難しく、ゲームやYoutube、SNSを使用する時間がどうしても増えたという話がよく聞かれました。左記は、実際に保護者の方から聞かれた内容です。予想に反して、マイナスな面ばかりではなく、プラスな面も意外と多かったです。



そもそも、ゲームの使用については、新型コロナウイルスが広がる随分前から、よく保護者の方から相談されるテーマの1つではありました。ゲームに関連したよくある問題や実際のルール例、ルール作りのコツなどについて考えましょう。

今も昔も…



特性のある子にとって、ゲームやスマホはとても魅力的です。魅力的すぎるものは、問題を引き起こす要因にもなるもの。また、時間を守れずに、親子喧嘩になることも非常に多いことではないでしょうか。「もうおしまいだよ」と言っても、「もう少しもう少し」と言ったり、「セーブできないから…」となかなかやめてくれない。

長期間の休みは、ゲームをしたい子とさせたくない親との長い戦いです。やめさせようとすると、癇癪を起こすことも。(不登校や引きこもり状態だと、より一層激しい場合が多い)

ゲームを取り上げたら、宿題も何もしなくなり、ゲームを隠したら、親がいない間に家探しをしていたり…。それに、友達とやるからと言われるとちょっと規制しづらい。また、変な請求がきたことがあったり、メール(ライン)でのトラブルがあったという報告もありました。なかには制限することが難しいため、全く与えないという保護者さんもおみえです。



ルールをつくろう(例)

- ・日頃から、保護者がゲームを管理しておく
- ・宿題と〇〇が終わったらゲームOK
- ・宿題と〇〇の確認と交換で保護者がゲームを渡す
- ・ゲームの時間は〇分間、夜〇時以降はできない
- ・時間設定(強制シャットダウン)ができるならしておく
- ・終わりの時間は、5分程度猶予を持たせる
- ・超過した分は、次の日のゲーム時間を減らす
- ・時間が守れないことが3日続いたら、1日ゲームなし

(※毎回、始める前にルールの確認をする)

(※休日用のルールを決めておく)

ルールづくりのコツは

- ・好きなものをご褒美に活用する
- ・一連の流れに組み込む(“〇〇やったらゲーム”)
- ・具体的に細かく決めておく
- ・状況に合わせて随時改定していく
- ・一方的にならないように、話し合って決める
- ・努力に見合うだけの報酬が得られるように設定する
- ・約束が守られない場合のペナルティも明示しておく
- ・なるべく小さいうちから練習する機会を多く設ける

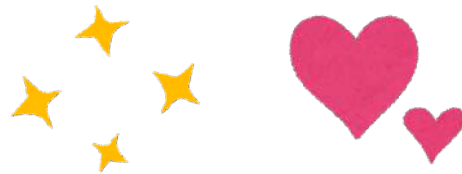
重要なのは…

- ・やりたい時にすぐにやるのではなく、我慢して先延ばしできるように!
- ・気が済むまでやるのではなく、時間を守って終われるように!
- ・具体的なルールを作って親子で守る

(※子ども以上に保護者がルールを遵守することが大切)

(※急にゲーム時間を減らしたり、別のことで怒ってゲームを没収するのは×)





あしがき

コロナとの戦い2年目に入りました。ワクチンという武器がやっと手に入りました。まだまだ大変ですが、頑張りましょう。

先日「みんなの学校」というドキュメンタリー映画を見ました。障害の有無に関わらず、同じ学級で学ぶという大阪の小学校の記録です。学校が居場所になれば不登校がなくなりますね。多様な個性の子どもに対応できる教育を望みたいものです。ゆうこうの家は、多様な個性の子どもたちが生きる力を延ばせるようこれからも頑張ります。

発行：NPO 法人 発達・心理相談センター「ゆうこうの家」
 住所：名古屋市天白区表山 1-1753-2 悠幸ビル2階
 電話：052(893)6077