

『スマホの影響』

ここ数年、電車に乗っている時、道を歩いている時、外食をしている時などに、スマートフォンの画面を見ている人を多く見かけます。

スマートフォンは、今起きていることの情報をすぐに得られたり、分からないことがあればすぐに検索が出来たり、園でも園だよりやお知らせを pipio 配信させていただくなど、活用方法はさまざまです。ただ、その反面、気になることもあります。



皆さんは『ママのスマホになりたい（作：のぶみ 出版社：WAVE 出版）』という絵本をご存知ですか？

“お料理が終わるとスマホ。赤ちゃんをあやしたあとはスマホ。テレビを見てCMが始まるとスマホ。ママはスマホばかり見ている自分のことを見てくれない…”。

ある日、幼稚園で「大人になったら何になりたい？」と聞かれた時

「ママのスマホになりたい」と答えたという、*かんとろうくんのお話*です。

この絵本を読んだことで、確かに電車内で“ベビーカーに子どもを乗せて、親はスマホばかり見ている”とか、“泣いている子どもにスマホの映像を見せてあやしている”という姿を見たことがあるなど思い出しました。

先日、法人内で行っている研修で「幼児期は視覚が発達する大事な時期であること。親がスマホに夢中になり、子どもとのアイコンタクトが不足し、情緒に影響が出てしまうこと。ブルーライトを浴びる（見る）ことで眠気が覚まされ、体内時計が狂ってしまうなど、さまざまな影響がある。」という話を聞きました。

子どもは、大人とのスキンシップやコミュニケーションの中で“自分はここで安心して過ごしていける”という心の土台が育まれます。

その安心感があるからこそ、“やってみよう”という意欲や“どうやってやるんだろう、なんだろう”と考えることに繋がり、さまざまな経験を通して成長していきます。

ネット社会の今、ネットを全く使わないというのは難しいことかもしれませんが、毎日仕事で忙しい保護者の方も、リフレッシュや検索に使うことは必要なことだと思います。

ただ、スマホを使うことで起こりうる“コミュニケーションの希薄化”が、大切な子どもの成長や発達を妨げることになることも頭の隅に入れておきたいですね。

ネットで情報を得るだけでなく、最近では手紙を書くことよりも SNS でのやりとりが増えています。昨年度、年長担任をさせていただいた時に、姉妹園の友達と暑中見舞いや年賀状の他にも手紙でのやりとりを行いました。手紙を書く前に“どんな手紙をもらったら嬉しいか”を考える機会を設けると「黒だけだと、気持ちが暗い感じになる。」→「いろいろな色を使うと気持ちも明るくなるよね」「きれいな字が書いてあると嬉しい」→「ぐちゃぐちゃに書いてあると、なんか怒っている感じがする」「字が上手く書けなくても、一生懸命書いてくれたら嬉しい気持ちになるね」などなど…

この言葉を聞いて改めて“書く文字を通して、その時の気持ちが相手へ伝わる”ということに気付かされました。そんな大切なことに日々気付かせてくれる子ども達に感謝の気持ちを持ち、これからも、より良い環境を提供しながら、成長を見守っていきたいと思いました。

（早紀）