

PTA 会員の皆様

船橋市立湊中学校  
PTA 文化部

晴れやかな秋空が広がる季節となったこの頃、皆様いかがお過ごしでしょうか？

さて、文化部では例年、湊中セミナーを開催しておりましたが、本年度も書面セミナーという形で開催いたします。

日々変化するネットや SNS の世界で、親が気づかない間に子がトラブルに巻き込まれるという事が多々起きています。

そこで本年度は、よくあるネットトラブルの事例と、親としての対処法や留意点を、スクールカウンセラーの長田美穂先生に伺いました。

ご家庭で、お子様とネット使用の問題やルールについて話し合うきっかけとなれば幸いです。

### 事例 1：悪口をストーリーに載せられる

その画面を証拠としてスクショし、相談にくる子がいます。

よくよく聞いてみると、お互いにケンカをしていて、相談に来た子も同じことをしていたという事があります。直接、面と向かって気持ちを伝えられないため、SNS を使ってお互いに言い合うのですが、そのような時は、嫌なことがあったら、相手に話す方法を一緒に考えています。

### 事例 2：ゲームやチャットで知らない人と繋がり、面会を求められる

保護者として注意して頂きたい事は、

#### ①親が知らないネットゲームに参加させない

参加するにしても、子が楽しんでいるゲームを親も把握すること、そして時には、親も一緒に参加できる程度が良いと思います。また、子が危険を察した時、相談できる環境作りが大事です。常にコミュニケーションをとるよう心掛けてください。

携帯やネットもフィルタリング、ペアレントコントロールを 18 歳までは行ったがよいと思います。

#### ②ゲームのやりすぎは危険！！

2 時間以上ゲームをする場合は『依存脳』になっている可能性があります。

現実の世界で居場所がなく、逃避している状態です。

現実の世界で夢中になれる『何か』を見つけること、居場所があることが大事です。

また、長時間ネットの世界に浸っている子は、メンタルに問題を抱えて、身体的にもその影響が出ている場合があります。

例えば、不眠、食欲不振、携帯を離さない 等です。

そのような場合は、『学校で眠そうにしていらないか？』、『保健室に度々訪れていないか？』等、学校生活の様子を聞いて、学校の先生やカウンセラーに相談してください。

### 事例3：SNSで知り合った男性に悩みを相談し、脅迫され、私的な写真を求められる

これもやはり、現実の世界で相談できる相手がいないため起きた問題でした。

保護者の方も、仕事等でお忙しい中、子が何か話そう、相談しようとした際、『あとでね』と言う時があるかと思えます。しかし、その後必ず時間を作り、お子様と対話してください。親に相談できるという安心感が重要です。

様々な心の問題を抱えた子と向き合ってみると、異性の親の『存在』が感じられないお子さんがたくさんいます。特に思春期の子には、異性の親との関わりが重要です。

女の子の場合、『父』との関係が良好であることが大事です。何か問題が起こった時、必ず『父』も加わること、母も子から相談されたら、それとなく父にも話し、問題を共有するようにしてください。

男の子の場合の『母』との関係は、過干渉ではなく、適度な距離を保って関わるのが大事です。よく言われる『手は離しても、目は離すな』です。

子がゲームやSNSをやっている時、『何をやっているの?』『インスタ、私にも見せて!』と子の目線に合わせて、話題を共有するようにしてください。

そして、何かあったら一人で抱え込まず、まず、学校の先生やカウンセラーに相談してください。

#### 11・12月のカウンセラー室の開室日

11月：1日（水）・8日（水）・16日（木）・29日（水）

12月：7日（木）・13日（水）・20日（水）

保護者の皆様も、何かお子様の事で心配、お悩みがありましたら、

ご相談されてみてはいかがでしょうか？

☎（学校）：047-431-5986