

ICTも使いよう、家庭での使い方のヒント

ゲーム、動画、SNS…最近はタブレットやスマホに多くの時間を費やすようになりました。便利で素晴らしいこれらの機器ですが、使い方によっては人間関係や日常生活に悪影響がでることもあります。今回は、GIGAスクール校内推進委員会のメンバーが研修で学んできた、ICTによる悪影響を減らせるちょっとしたコツを紹介します。

SNSのリスクを遠ざけるヒント

リスクを見積もる力を育てることが大切！

「ネット上で人を傷つけない為には、自分が嫌なことをしない」よく、聞かれる言葉です。しかし、その考え方は実際に有効なものなのでしょうか。

例えば場を和ませる冗談などは、自分にとっては楽しくても、他の人は気分を悪くすることもあります。

「自分なら大丈夫だから、相手も大丈夫だろう」ではなく、「もしかしたら相手を傷つけてしまうかもしれない」といった考え方ができれば、相手を傷つけることなどが少なくなります。

生活が乱れないようにする為のヒント

大切なのは、ルールを守れるスキルの習得

「ゲームは1日1時間」というルールを作っても、熱中したり、相手がいて終われなかったり...なかなかやめられません。ルールを破ったら叱られ、親子の関係は悪くなるばかり...それが、自分からルールを守れるようなスキルを身に付けられたとしたら...

相手がいるLINEやゲームなどで、「相手に、終わりの時間をあらかじめ伝えておく」というスキルがあります。時間になって突然さよなら、とは言いにくいもの。しかし、この言い方であれば、ルールだから仕方ないねと、相手も納得しやすいし、言う本人も、ルールのせいにできます。門限のようなものですね。

今回のコツを教えて下さった静岡大学 塩田准教授 監修の「スマホとの上手な使い方」というページには、多くの有益な情報が掲載されています。ぜひ、ご活用ください。

※紹介しているページ中に「学生スマホ保険」の紹介がありますが、保険の加入を勧めるものではありません。

