



今日はメディアコントロールデーです

毎月13日は、しらかし台小学校の「メディアコントロールデー」です。

2学期最後のメディアコントロールデーです。今月も、各ご家庭での取組をよろしくお願いします。

メディア豆知識⑥「我が家のメディアルール」

お子さんをメディア依存から守るため、今、たくさんのご家庭や様々な教育機関で「我が家のメディアルール」づくりが行われています。間もなく冬休みを迎える今回は、「我が家でもルールを作りたい。」「ルールは作ったけど、うまくいかなかった。」という方のために、ルールづくりのポイントをいくつか紹介します。

【ポイント①】ルールは、家族みんなで考えましょう。

「人が決めた（人に決められた）ルール」と「自分が決めたルール」、同じルールでも、子どもたちの中では“重み”が違います。

【ポイント②】ルールの数は、発達段階を踏まえて決めましょう。

小学生は「5～6個」が適していると言われています。ルールがたくさんあると、絶対に守らせたいルールがかすんでしまいます。

【ポイント③】あいまいな表現は避けましょう。

「夜遅くまで使わない」は× → 「夜9時を過ぎたら使わない」は○
「ゲームをやりすぎない」は× → 「ゲームは1日1時間まで」は○
あいまいな表現は、子どもたちの言い訳を増やす原因になります。

【ポイント④】作ったルールには「お試し期間」を設け、

うまくいかないルールは見直しましょう。

「ルールがうまくいかなかった」のか、単に「ルールを守らなかった」だけなのか、大人の見極めは必要です。

【ポイント⑤】ルールは、大人も一緒に守りましょう。

5つのポイントの中で、一番大切なポイントです。一緒に考え、一緒に守ることで親子の信頼関係も深まります。

【おまけポイント】ルールを紙に書き出し、家族みんなでサインすると「契約」の意識が高まります。