



令和3年7月12日（月）no.16 文責：上田
ネット依存？

2回連続で「ネット依存」について考えます。

最近注目した新聞記事に「ファスト映画制作者逮捕～被害総額956億円」という記事がありました。タイムパフォーマンス(タイパ)を重視する若年層に違法という意識がなく、ファスト映画視聴が広がっているというのが記事の概要でした。

ところで、ネットで動画を視聴している小学生が多数いるのは周知の事実と言えそうです。アプリダウンロード世界一とも言われるTikTokは、子ども達の会話にも登場します。私たち大人の間でも「instagramやってます」「Twitterにつぶやかれた」という会話を、ネットとは縁遠い私でさえ耳にするほどネットが身近であることもまた事実です。ちなみにTikTokには、14歳以下は利用できないと規約に記されているのをご存じですか。ファスト映画も違法動画であることを知っていて視聴している、そこまで規制がされていないからいいんじゃないか、みんなもやっているからと、事無げに言い放つのはどうかと思いますが。

さて、家庭で子どもたちはどのくらいネットで動画やゲームなどに時間を使っているのでしょうか。子どもにネット依存の症状はないでしょうか。やるべきことが疎かになったりしていませんか。一昨年、ゲーム障害(ゲーム症)は精神疾患だと報じられ話題となりました。ネット依存の90%がゲーム障害とも言われています。子どものネット依存の対処法として「ルールを決める」「ほかに興味を見つける」ことなどが言われますが、それだけでなく、親子で「なぜそこまでゲームが必要なのか」「どうしてネット上のつながりにこだわっているのか」と問うことが大切ではないかと考えます。

有名な大手学習塾が小学4年生以上を対象に「ネットのためにあなたは何を犠牲にしていますか」という調査をしたところ、睡眠と勉強を選んだ子が多かったそうです。多くの子どもは睡眠と勉強が必要だと理解していて、時間をネットに使い犠牲にしている、本当はよくないけれどもやめられないという、まさにネット依存が垣間見られます。

「・・・毎日夜中までネットをやってしまいます。Twitter上にも仲のいい友達がいる、毎日会話していますが、ここ数日は相手のことが気になって、Twitterを見て安心する感じです。面と向かって会話することが苦手な私にとっては、画面を通して会話することがとても楽です。母親に注意され、肌も荒れて目も疲れたことを自覚しましたが、やめられません。どうしたら依存を治すことができるのですか？」これはネット依存を自覚している中学2年の子の投稿です。「相手のことが気になってTwitterを見て安心する感じ」「画面を通して会話することがとても楽」という投稿内容からも、依存は気づきにくく、リアルな友達が減っていることが察せられます。

ひと頃のように電車にしゃがみ込みスマホを操作する中高生は見なくなりましたが、歩きスマホなどの‘ながらスマホ’は依然多く見かけます。モバイル型のネット依存は、いつでもどこでもネットが利用できることによる依存と言えそうです。我々大人にもあてはまることですが、「ケータイが鳴っていないかでもケータイが鳴っていないかを気にする」「ケータイがないと不安そうにしている」といった様子がないか注意が必要です。(携帯がネット上で「ケータイ」と表記されていることに、私は違和感を覚えるのですが、変でしょうか?)