

「^{がくしゅう}楽習」コラム

内田伸子先生からの 子育て応援メッセージ

「たのしく・あそぶ・まなぶ・そだつー」楽習」
今回は、テレビの視聴がテーマです。
はたしてテレビは見せていいのか、いけないのか？
どんなことに気をつけるべきかなどなど、
内田先生から教えていただきますよ。



お話をお聞きしたのは
内田伸子先生
十文字学園理事・十文字学園女子
大学特任教授、筑波大学客員教授、
お茶の水女子大学名誉教授、学術
博士。発達心理学、認知心理学、保
育学を専門とする。著書に「育て
に「もう遅い」はありません」(富山
房インターナショナル)など多数。

「テレビとの上手な付き合い方」編

お悩み

子どもがテレビを見ている間は静かなので、
つついテレビに子守をさせてしまいます。
テレビはやっぱり子どもに悪影響を
与えてしまうのでしょうか？

テレビが子どもに与える影響
についてはさまざまな意見があり
ます。2歳以下の子どもには見
せないほうがいいという意見もあ
りますが、そうすると親もテレビ
のない生活を強いられることにな
ります。これだけテレビとの関わ
りが密接になっている今、まった
く見ない生活にするのは難しいで
しょう。

あまり神経質になる必要はあり
ませんが、テレビは子どもにさま
ざまな影響を与えるのも事実です。

あまり長時間テレビを見せてい
ると、言葉の発達が遅れたり、お
友だちとうまく遊べなくなるなど
の弊害も出てきます。長時間雑
音の中に放っておかれると、人の
声に関心を示すことが少なくなり
ます。お母さんと直接やりとりす
る時間が短いため、しっかりと

したつながりをつくるのが難しく、
音声的なやりとりの機会も奪われ
てしまいます。その結果、人との
付き合い方の基礎を育めず、言葉
の発達も遅れてしまうのです。

生後3〜4か月の赤ちゃんも、
50%以上がすでにテレビを見て
います。もちろん、赤ちゃん自身
がテレビのスイッチをつけてチャ
ンネルを選ぶわけではありません。
お父さん、お母さんがテレビをつ
けている番組を見ることになりま
すが、時折、大きな音や聞き慣れ
たコマシヤルのフレーズなどに
反応して画面を見つめる姿が観
察されます。テレビの内容を理
解できるようになるのはまだ先で
すが、すでにテレビの影響を受け
ているといえるでしょう。

テレビは、「ほとんど」が一番で

す。ぜひ、小さいころからテレビの上手な付き合い方を身につけるようにサポートしてあげましょう。

まず、子どもはふたつのことに注意を向けられませんか、テレビを見る時はテレビに集中できる環境を整えます。例えば食事中にテレビがついていると、そちらに気をとられて箸が止まってしまいます。食事中はテレビを消すこと。そのためにはお父さん・お母さんもテレビをつけっ放しにしないようにしましょう。

こういう話をすると、「子どものために楽しみを奪われる」と嘆く親がいるのは残念なことです。大人は見たい番組をビデオに録って、子どもが眠った後にゆつくりと気兼ねなく見ることをおすすめします。

何より、テレビを消すと子どもとの会話が生まれます。親が子どもと一緒に過ごせる時間は長いようで短いので、今一緒に過ごす時間を最優先してほしいと思います。

また、テレビ番組は親が選んであげる必要があります。まだ情報処理の力がない子どもに望ましい番組としてのポイントは、次の3点です。

スマートフォンへの過度な依存も問題視されています。

子ども向けのアプリだからといってスマホを子どもに持たせたまま長時間画面を見せ続けるような使い方は、やはりテレビと同様に、赤ちゃんの心身の発達にとってよくない影響を与えてしまいます。確かに、スマートフォンやパソコンは情報を得るためのツールとしても、コミュニケーションのツールとしても非常に便利で有用な道具ですので、親御さんがスマホを手放せない気持ちはよくわかります。子どもが泣き止むようなアプリもあつたりするので頼りたくなる気持ちもわかります。しかしながら、その利便性の裏に潜むスマホ特有の弊害もあることを認識し、子育て真っ最中の親御さんは特にその使い方に注意を払う必要があります。

乳幼児のお母さんがスマホに多くの時間を割いてしまうと、たとえ同じ時間や空間を赤ちゃんと共に共有していても、お母さんの注意は画面に集中してしまい、赤ちゃんの姿が目に入りません。赤ちゃんの目を見て、声をかけたりあやしたり、様子を見守ったりする母と子の大事なコミュニケーションの機会が奪われてしまうのです。

① 画面がシンプルであること

② 子どもの生活に関連したテーマを扱っていること

③ 言葉がはっきりしてゆつくりしたテンポであること
ただし、子どもはテレビだけでは知識を習得できません。子どもは体験してみても、初めて学習できるのです。

子どもはテレビを見ているときはお母さんも一緒に見るように心がけ、子どもが画面を指さして興味を示したら、黙ってつなずくか、「ブーブーね」「かわいいニャンニャンね」などと、子どもの反応を受け止め、共感するような言葉をかけてあげるとよいと思います。ただ画面を見ているだけでは、それが何なのか理解するまで時間がかります。

テレビも使い方によっては親子のコミュニケーションを生む道具にもなるのです。効果的に活用していきましょう。

* * *

今回いただいたご相談は「テレビの視聴」についてでしたが、最近では、「スマホ子守」という言葉も聞かれるほど、子育て中の親の

公園の猫に気づいた赤ちゃんがびつくりしてお母さんに「あれなに？」の問いかけの表情を向けたとしても、スマホに気を取られているお母さんは「大丈夫、ニャンニャンよ」と答えてあげることができません。

また、「ママ、みてー」と自分でつかまり立ちのできた赤ちゃんが、得意げにお母さんの方を向いたとしても、スマホに夢中になつているお母さんは気づくことができないかもしれません。そのとき、赤ちゃんはどんなに残念な気持ちになるでしょうか……。親としても、赤ちゃんの日に日に成長していく瞬間を見逃してしまうことほどもつたいないことはありません。スマホの中の情報は待つてくても、子どもの成長は待つてはくれません。スマホはぜひ脇に置き、「すごいね！ たっちできたのね！」というように、子どもと一緒に笑顔になれる瞬間を、これからもたくさんつくっていきましょう。

スマホもテレビも、それ自体が子どもの発達に悪影響を与えるものではありません。親が主体となつて、子どもと一緒に楽しむような応答的な関わりの中で、上手に取り入れていきましょう。

