



子どものゲーム依存を考える

日本精神科看護協会が提唱する「こころの日」の1日、大村市東本町のミライオン図書館で大村共立病院（同市上諏訪町）の精神科認定看護師、山内賢司さん（46）が「スマホ・ゲーム依存についてみんなで考えよう」をテーマに講演した。

同会県支部が主催。1988年7月1日に精神保健法が施行されたのを記念し、精神障害や心の健康に関する啓発活動に毎年取り組んでいる。この日は市民約50人が耳を傾けた。

山内さんは子どもがゲームに依存する理由について

大村で「こころの日」講演会



子どもがゲームに依存する背景について語る山内さん

大村市、ミライオン図書館

「リアルな生活を楽しめない、居場所がない」と指摘。自尊心が低く疎外感や家庭内不和を抱える子どもがゲームやインターネットに居

場所を求める傾向があり、「逆にネットがあるから生きられるのではないかも思う」と話した。そもそも、子どもたちは

親の理解と対話が大切

成績や受験、将来や自身の容姿についての悩みなどがストレスになっていると説明。さらに、オンラインゲームはアップデートが繰り返されたり、ネットを介した仲間内での役割があったりと、どんだんのめり込む仕掛けがあるという。

親も子どもの依存で頭がいっぱいになり孤立しやすいとした上で、「親がまずゲームの面白さを理解してあげて、子どもと話し合える間柄でいることが目標」と語った。また、予防するためには幼少期から子どもを静かにさせるため安易にゲームを手渡さず、親子のリアルなやりとりを重視することが望ましいと述べた。

（岩佐誠太）