



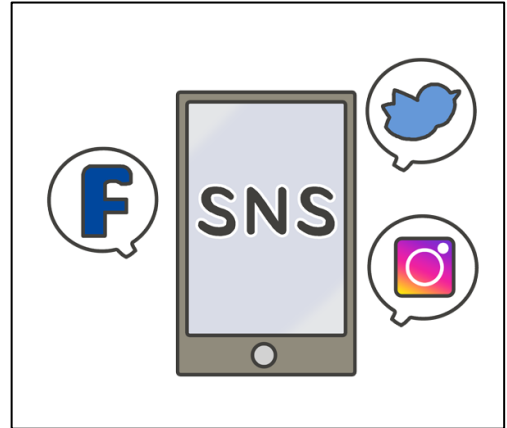
SNSと成績

先日の新聞に「時間が長いほど成績低下」という記事が載っていました。

全国学力学習調査に合わせて行われた「児童質問紙」の調査結果です。SNSなどの利用時間が長いほど平均正答率が低下する傾向がはっきりしてきたと書かれていました。

利用時間が1日当たり、30分未満と答えたグループが小中とも最も成績がよく、4時間以上と答えたグループがもっと成績が悪い。また、SNS等を利用する時間が長いほど成績は悪くなります。

スマホを持っていないグループの成績よりも、30分未満のグループの方の成績が良かったという結果も出ています。はっきりとした理由は分らないものの、経済的な環境が関係あるのではと書かれていました。



長時間使用が、成績を下げる理由としては、

- 1, 学習時間の減少
- 2, 睡眠不足
- 3, 集中力の低下
- 4, 脳の機能への悪影響

などが考えられています。

この傾向は日本に限られたことではありません。外国では、若者のSNSの使用を禁止しようという動きが活発化しています。

オーストラリアでは、昨年16歳未満のSNS使用を禁止しました。精神疾患の増加がその原因だということです。ただし、SNSの使用との精神疾患増加の因果関係ははっきりとしていないという話も聞こえてきます。

スペインも16歳未満のSNS使用禁止の法案が提出され、議会の承認を待っている段階だということです。同じようにイギリス、フランスは16歳未満、ノルウェーは15歳未満の使用禁止を検討しているということです。

禁止がいいかどうかは別にして、目の前の子どもを守る必要があります。家庭内ルールを作る必要はあります。

利用時間を決める。「夜の〇時まで」

利用場所を決める。「使うのはリビングだけ」

学習時間は手放す。「学習中は、スマホは別の場所に」

スマホのない社会は考えられません。正しい使い方を教えていきたいと思います。