



Q

中3の息子は勉強の息抜きにスマホゲームを始めるとやめられず、注意すると怒るので心配です。

別の問題を抱えているのかもしれないね。環境を変えて心の内を聞いてみてはどうでしょう。

A

親は一步引いて

中学生は人間的にも成長し、自立心が高まる時です。親から見ると危なげな年齢ですが、注意してうるさがられるなら、一步引いて、後ろからサポーターに徹するのがいいと思います。

これからは、自分の人生を自分で決めて生きていかなければなりません。親はサポートすることはできませんが、プレイヤーは子供です。親は社会経験がありますから、子供がつまずかないように言い聞かせたくありませんが、子供の人生勉強だと思ってみてはどうでしょうか。

何か伝えるとしたら、「何時よ」と短く事実だけを伝える、「目が悪くなるよ」と心配している内容をアイメッセージで伝えるなど。あとは本人の自覚や責任感が生まれるのを待ち、もちろん相談してきたときは親身に応じます。

心のうちを聞いてみる

ややもすれば、親が不安だから子供を叱るということがあります。それには親の忍耐が必要です。「大人ではないけれど子供でもない」時期ですから、自立期の親子の距離の取り方を工夫してみましょう。

ゲームがやめられないのはゲームのせいだけではなく、何をしたいのか分からない、勉強が理解できない、学校で心配事があるなど、なにか心に引っかかるものがある場合があります。

外に誘い出し、環境を変えて話しを聞いてみるのもいいと思います。父親と息子で外出してみるのがいいでしょう。何かを話すわけではなくても、一緒に歩くだけでも子供は感じるものがあるかもしれません。

心の迷いや不安の多いときですから、子供を信じて親も忍耐して待ちましょう。こちらが変われば、相手も必ず変わります。