

Q 7歳の息子は宿題や手伝いは自発的にやりますが、それ以外はゲームばかりしています。よく「時間を決めて」と言いますが、ゲームによっては、クリアしないと終わらせられないものもあり、時間を守るのは容易ではありません。子供とゲームの関わり方について助言をいただきたいです。

A お子さんのようにゲームばかりする子供は多く、同じような悩みを持つお母さんは多いと思います。今さらゲームを取り上げるわけにもいかないでしょうから、お子さんが無理なく守れそうな、次の2つの約束をお子さんと交わすことをお勧めします。

まずは「夜〇時以後はしない」という約束。「1日〇時間まで」という時間の決め方は守りにくいものですが、時間で区切ることで守りやすくなるはずですよ。何時にするかはお子さんと相談し、できればお子さんに自主的に決めてもらうといいでしょう。

2つ目は、「食事をしながら」「勉強しながら」などの、「ながらゲーム」は

ゲームばかりする息子



原坂一郎の
子育て相談

しないという約束。しない習慣がつくと、将来スマートフォンを持たせたときにも役立ちます。その2つだけでも、かなりのセーブになると思います。「他にどんな『ながら』があるかな?」などと考えさせると、自分から提案するようになりますよ。

さて、あなたも2つ約束をしてほしいと思います。1つはあなたもそのゲームをして、ゲームの楽しさを理解すること。日常の中でゲームを、お子さんとの話題のひとつにすると、「お母さんも関心をもってくれた」とうれしくなり、お母さんのお小言にも耳を貸すことが増えてきます。もう1つの約束は、これ以上買わないこと。何だかんだ言いながらゲームは親が次々と、買い与えていることが多く、親の責任も半分はあれると思うのです。

子供と約束をするときは、「ハードルが低い」「2つまでにする」がポイントです。普段ははじめのある生活ができているお子さんのようですから、きつと守ってくださいよ。

(こどもコンサルタント)