



「親子共に学ぼう」メディア日記

突破社

「メディア教育」から親たちへのアドバイス（前書き）

今の親たちは、変化の多い教育制度や価値観に面しながら、不良意識の蔓延ルートの一つとしてメディアも加わったことでさらに困惑を感じるようになったでしょう。「メディア教育」は、教育制度の更迭や社会の急変などにあまりなすすべがありませんが、メディアの悪影響については、親たちにアドバイスを提供することができます。

「メディア教育」はメディアに出ている番組の内容や情報などを分析し、子どもたちにその中にあった不良意識から悪影響を受けないよう指導するとともに、批判的な考え方をもって、バランスのある善悪観念を養い、健康的な価値観を育むことを目指しています。

メディアと家庭の競い合い

今メディアが圧倒的に優勢を執っているという考え方は大きな間違いです。激しい業界競争の中で勝負するために、手段を尽くしながらも、その質が悪くなっているばかりです。今こそ家庭が失地を奪回する最高の時期だといえます。親たちは質のいいテレビ番組があまりにも少ないこの時期を利用して、子どもたちと交流を深め、子どもの成長に役立つ家庭内活動を行ったりして、メディアの束縛から脱出できるようにしたらどうでしょうか。一方、メディアとしては、日々進歩する科学技術を使って、内容のしっかりした番組を作るように努力すべきではないでしょうか。

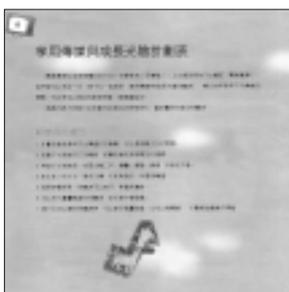
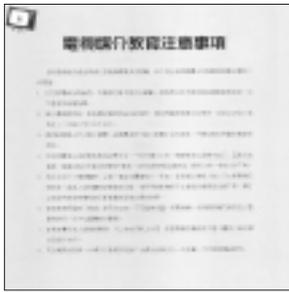
家でメディア教育の環境を作ろう

家でメディア教育を実践するためには、まずそれにふさわしい家庭環境を創らなければなりません。

1. 子どもの部屋にはできるだけパソコンやテレビを置かないように。これは、まるで見知らぬ人に子どもの面倒をみてもらうことと同じです。
2. 家に帰ったら、すぐテレビや他のメディア機材などをつけるという習慣をなくすように。両親と子どもが家族の中心であることをいつも心がけるべき。
3. ルールを作って、内容のいい番組だけを選んで見るように。
4. 週ごとにメディア番組を利用するスケジュール表を作って、利用時間と見る番組の質を確保できるように。

テレビメディア教育についての注意事項

香港の多くの親たちは家庭でメディア教育を行った経験を持っていません。子どもがテレビを見る時の指導について、以下のように注意しましょう。



1. テレビが悪影響の源だと、偏見を持つてはいけません。青少年たちはまずこのような前提と仮説には反感を持っているので、指導を受けたがらなくなるでしょう。
2. メディア教育を行う際、親は「両親」より「良き友」として問題を出し、子ども自身に考えさせましょう。
3. 自然な会話をしながら、子どもの意見を聞き、彼らの創造的な考えを大切にしましょう。
4. あまりにもまじめな態度で、緊張感の高い雰囲気を作って、子どもを指導しないでください。
5. 子どものために「テレビメニュー」を作って実行させましょう。例えば、家庭用掲示板に子どものテレビを見るスケジュールを貼って、家族やお手伝いさんに観察と記録を頼みます。あるいは、子どもの好きなテレビ番組を録画し、子どもがもっと合理的に時間を使えるよう手助けしてあげましょう。
6. 親たちは成人番組を見たければ、自分の寝室にもう一台テレビを置きましょう。自分の好きな番組は前もって録画し、子どもが寝た後で見ましょう。
7. 家にお年寄りがいてテレビを見る場合、彼らにヘッドフォンを付けてもらって、子どもの勉強の邪魔にならないようにしましょう。
8. 内容の良いテレビ番組やドキュメンタリーなどのVCDを買ってきて、子どもと一緒に見ましょう。
9. テレビによく出る性や愛の問題については、より開放的な態度で子どもと話をしましょう。
10. 親自らもメディアについて学びましょう。
11. テレビ番組の内容について、親子一緒に考え、話し合い、その結果をメディアに積極的に伝えましょう。

「メディアとともに成長する」スケジュール表

メディアがあなたの子どもに与えた影響はプラスかマイナスか、判断しましょう。「メディアとともに成長する」スケジュール表を作り、子どもがメディアを利用する時の習慣を観察しながら、他の家庭活動や娯楽を取り入れるようにしましょう。

それぞれのメディアや活動を代表する切り紙をスケジュール表に貼って、お家の計画表を作りましょう。

親たちへの注意事項：

1. スケジュール表を作ることは、子どもと交流を深めるいい機会です。子どものニーズを尊重するよう心がけましょう。
2. 子どもが自分の意思をうまく表現し、合理的に時間を利用できるよう励ましましょう。
3. 親子ともに、仕事や読書、運動、娯楽、休みなどをバランスよく取るようにしましょう。
4. 年少の子どもに対しては特にしっかり指導を、年長の子どもには自己を尊重しながら指導しましょう。
5. スケジュール表は、月毎あるいは季節毎に編集しましょう。



6. 大きな紙で作り、お家の目立つところに貼っておきましょう。
7. 子どもがスケジュール表を守ることができたら褒めてあげましょう。

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日



交友青写真

もしあなたが時間を使って子どもと話をしてあげれば、彼らは人とうまく交流する方法を学ぶことができるでしょう。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日

もし子どもが学校で人間関係の面で問題が生じたら、じっと事情を聞いてあげてください；できるだけ実行可能な解決方法を提供してもかまいませんが、その場で子どもたちの間に入って、調停することはやめましょう。



資料館

突破機構による「メディアと青少年」調査結果（1999年）

32.1%の青少年がドラマ人物と一緒に一喜一憂するうえ、同じ経験を持つよう望んでいます。

44.0%の青少年がドラマの内容から、自分と家族の付き合い方を考えています。

44.5%の青少年が自分の友達との付き合い方も、ドラマの中と同じようになることを求めています。

44.9%の青少年がドラマ人物の個性や人との付き合い方などについて、まねをする傾向があります。

子どもがドラマの人物のまねをすることについて、どうすればいい？

コマーシャルの時間帯を利用して、子どもとドラマの中のストーリー及びその展開について、一緒に討論、予測しましょう（前もって新聞や雑誌に出たストーリー紹介を読んでおいてはいけません）。また、そのストーリーが現実世界の中にあるかどうかについて討論してもいいでしょう。

ドラマの人物が社会の中にいる普通の人、またはある種の人物を代表していても、それでそのストーリーが社会全体を代表することになるわけではありません。

ストーリーの展開のために使った技法に注意しましょう。例えば、視聴率を上

げるために、どのようにクライマックスを作ったかなど。

新聞などを読む時、類似の事件やストーリーなどに留意して、両者の展開や結果などについて比較してみましょう。一方的にテレビを信じてはいけません（もちろん信用性の高い新聞を選んでください）。



子どもとの交友状況

メディアは、現実の生活を理解するために、たえず私たちに影響をもたらしています。私たちは時々、その中で表現された世界は現実そのものだと思い込んでしまいます。しかし、実際は、テレビや映画の中にあったストーリーは現実の生活とかなりかけ離れていることがあります。これから紹介する活動で子どもの交友状況を把握しましょう。

メディアの中の友達同士が付き合っている場面（例えば遊び、会話など）：

自分と友達が付合っている場面（例えば遊び、会話など）：



子どもはいつもテレビドラマの人物や有名人に対して、親しみを抱いています。そこで、子どものことをもっと理解するために、子どもと一緒に「どの有名人に似ている」ゲームをしてみましょう。

私は _____ と一番似ている。理由：

私の親友は _____ と一番似ている。理由：



親のための自修室

テレビドラマが青少年に与えた影響（概要）

即効的な社交脚本（Social Script）を提供する

青少年期は、心理や性格、また道徳、社交能力などを形成する大切な時期にあたります。この時期に、社交の範囲も狭く、経験も浅く、正確な指導を得られないと、間違った観念を身に付けてしまう恐れがあります。テレビドラマのストーリーは、青少年の各方面の観念形成に影響をもたらす、人間関係に対する彼らの社会的感覚にも大きな影響を与えます。この感覚は一旦できたら、あまり変わることはありません。

テレビドラマは視聴者の興味を引くために、誇張的な手法を使って、その中にある人間関係を複雑にする傾向があります。テレビドラマの人物が取った行動が、かならずしも正しい選択だとは限らない場合もあります。それを見分けられない青少年は、ストーリーをそのまま現実と結びつけて、その中にある人間関係の処理方法を直接自分の生活の中へコピーしてしまう可能性が高くなります。

ドラマの中にある人物ステレオタイプ化と偏見

関連の研究結果によると、テレビの放送内容（ドラマに限らない）に人物のステレオタイプ化や社会現象への偏見が多く見られます（専門家は男のほうが多い；悪い性格を持つ人は女のほうが多い；新移民や精神病患者などのマイノリティは「劣等（頭が悪い、怠け者、醜いなど）」である等）。マイナス的な描写は、視聴者の観念形成に自然と影響をもたらします。おのずと、社会経験の少ない青少年は、偏見を持ちやすくなります。

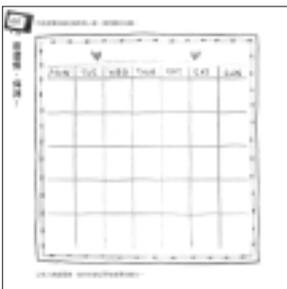


おおげさな展開と変わった画像効果

社会学の研究によれば、特別な性質を持つものがより注意を引き、より深く記憶されやすいとあります。確かに、特徴のある（美しいまたは醜い）顔のほうが、普通の顔より深い印象を残すでしょう。それと同じように、テレビドラマは、誇張的な手法を使って、奇異なストーリーで、視聴者の興味を引き、深い印象を与えるよう制作されています。つまり、青少年の共感を得られるドラマは、青少年への影響も大きいということです（筆者：青少年専門家がこの影響力を重要視しなければならない）。

また、テレビドラマの中には、現実より何倍、何十倍、何百倍もの「悪（麻薬、武器、各種の犯罪、性開放、暴力など）」が描かれています。ある学者は、テレビ（映画）が「卑劣世界症候群」を作り出したとさえ表現しています。もし、ストーリーの十分の一だけが現実世界で本当に起きたとしても、何と不安に満ちた醜い世界になってしまうでしょう。ある学者は、こうも指摘しています。「もし子どもがこういうストーリーに慣れたら、そのまねをしたり、善悪に関する感覚が鈍くなるだろう。」

（『TV少年を助けよう』 励楊恵貞）



バイバイ、悪い習慣！

悪い習慣と嗜好は、病気と同じように、未然に防ぐ必要があります。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日

青少年はいつも冒険する熱意をもっていますが、結果を予測したり、評価したりすることはまだあまり得意ではありません。



資料館

子どもに悪い習慣がある場合、どうすればいい？

子どもの悪い習慣をなおすためには、心理学の「行為改変法」原理を利用することができます。

1. 子どもの悪い習慣を観察して、記録を残しておく。
2. 悪い習慣ひとつに焦点を当てて、目標をはっきりする。

3. 子どもと相談しながら、進度と奨励方法を決める。
4. 親として公正な観察をするとともに、適当に励ます。
5. 悪い習慣が改善される時、具体的な物的奨励から口頭賞賛へと変え始める。

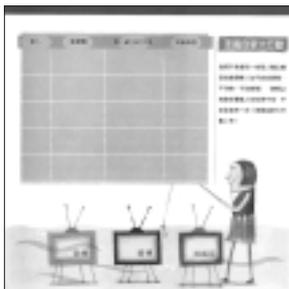
子どもは、いつも直接的な励ましを求めています。子どもの良い行動に対しては思いっきり褒めてあげてください。もし親にも悪い習慣があれば、身をもって模範を示せるよう、子どもと一緒に頑張ってください。良好な親子関係があってこそ、子どもは親の指導や影響を受け入れ、良い習慣を身につけるよう自ら努力するはずです。



悪習慣観察ステーション

私たちは知らないうちに、メディアの中に見られる悪い習慣（喫煙、賭博、汚い言葉使いなど）から悪い影響を受けてしまう恐れがあります。テレビを見る時は十分注意しましょう！

悪習慣	年月日/時間帯	番組/刊行物名称	表現手法/方式	家族



過ちを改める大行動

誰しも、他人が我慢できない悪い習慣（部屋の片づけをしない、時間を守らないなど）を持っているものです。それらを直すためには、家族のサポートが欠かせません。家族全員で「過ちを改める大行動」を行きましょう！

親のための自修室

（子どもが）不良嗜好を身につけた場合、どうすればいい？

青少年の習慣や行為は多くの場合、自己肯定、自己保護、また好奇心の表れです。

成人の行為として法律上認められている喫煙や飲酒については、好奇心や大人へのあこがれで始めた青少年がほとんどです。筆者も、小学校六年生の時、従兄に勧められて、初めてタバコを吸いました。しかし、その匂いに慣れなかったので、すぐやめました。「新しい事にいつも興味を持っていて、禁止されればされるほど、ルールを破りたくなる。結果がどうなるかは、全く気にしない」、青少年とはそういうものです。

また、賭博は、成人だけでなく、青少年の間でも流行っています。マージャンやトランプだけでなく、スポーツの試合やテレビゲームでもお金を賭けたりしています。

さらに、汚い言葉遣いは、青少年の流行文化の一つといえます。この傾向は、



香港の上層階級から庶民層までよく見られる現象です。成人と同じように、少年たちも、「汚い言葉遣いは、豪快な表現である一方、話に勢いを加えたり、人を攻撃する時の武器になる」と思っています。

一方、子どもの悪い行動は、大人に対する一種の抗議とも言えます。子どもは、無視されたと感じると、極端な行為で不満を表わし、親の注意を引こうとします。もし親がそれに反応しなければ、彼（彼女）はさらにひどい行為をとって注意を引こうとするでしょう。

筆者が教師の仕事をする経験の中で、今になっても忘れられないことがあります。ある日、私は、過ちを犯した学生の父親と会うことになりました。この学生の父親は、事情を聞くなりすぐ怒り出し、汚い言葉遣いで隣にいた子どもを叱りつけました。その時点で、私は、この子どもが過ちを犯した原因がわかりました。

子どもの行動の中で、親や友達、またメディアという外界から影響を受けるケースはたくさんあります。ですから、親としては、言行上の模範を作る一方、悪い行動の負の影響についても子どもに教えることが大切です。

子どもにこう教えて下さい。「コマーシャルで描かれているように、喫煙や飲酒をすることが大人の証ではない」「賭博でお金を設けられる可能性はかなり低い」「汚い言葉遣いは、人間の品格を損ねる」「ヤクザと付き合うことは危ない」「誠実で正直な人になれば、時々笑われたりすることもあるが、人から本当の意味で尊敬されることになり、生活がさらに楽しくなる」

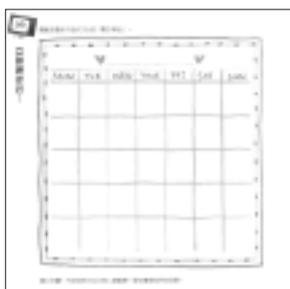
もし子どもが既に悪い習慣を身につけているなら、親として、過剰に心配をしないで下さい。まず子どもの行為の背後にある動機を把握して下さい（遊び心でやったのか、極端な反抗でやったのか等）。それから慰めたり、励ましたりしてあげて下さい。

（『親の共通認識』・林植森）



ハロー、インターネット！

パソコンやテレビは子どもの「電子ベビー・シッター」ではありません。



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日

親子一緒に楽しむことで、人類の知恵を分かち合いながら、子どもの視野を広げることができるでしょう。

資料館

インターネットの利用指導について

配置：未然に防ぐこと

できるだけ客間に置くこと

セキュリティ・ソフトをインストールすること

ユーザーのために安全性が確認できたISPを選択すること



ルールを決める：前もって相談しあうこと

インターネットを家族全員が一緒に楽しむ活動と見なし、子どものインターネット利用状況を把握すること

子どもと一緒にインターネット利用についてのルールを決めること

子どものパソコンのところにインターネット利用ガイドを貼っておくこと

弛まぬ指導

ネットで個人情報を漏らさないこと

ネットで知り合った人と子どもが一人で会うことを許可しないこと

ネット上の文字や情報を簡単に信じないこと

知らない人からのメールを無視するよう指導すること

ネットで礼儀正しくふるまうよう指導すること

最後の策略

子どもがネットで知り合った人について自分もよく知っておくこと

子どもの見たホームページ履歴を把握すること

青少年はネットで何をしているのか？

ICQ（友人とチャット） …………… 45.40%

ホームページを見る（特に目的はない） …………… 35.80%

電子メールのやり取り …………… 30.90%

ホームページを見る（資料を探す） …………… 28.70%

ICQ（知らない人とチャット） …………… 18.30%

資料を探して、宿題をする …………… 18.20%

MP3の歌、ソフト、写真などをダウンロードする …… 14.60%

オンライン・ゲームをする …………… 6.30%

仕事探し（3.50%） ネット投資/ネット銀行（2.80%）

ネットショッピング・サービス、その他（9.80%）

青少年がICQでよくチャットした話題は？

暇つぶし/嗜好 …………… 52.30%

特に集中する話題がない …………… 32.60%

日常の心情 …………… 22.70%

勉強 …………… 18.80%

恋愛 …………… 16.00%

ファッション情報 …………… 15.30%

夢 …………… 3.50%

仕事 …………… 3.00%

その他 …………… 9.10%

突破機構「青少年ネット行為研究」（2000）

秘密天使（I Catch You）

仮に、お家を一つの巨大なコンピュータと見なして、一人ずつこのコンピュー



タの中でICQ口座を申し込み、「メールボックス」を設置します。スーパーICQチャッターとしては、チャットすることはもちろん、他のメンバーのニーズや好きなものなどについても把握してから、こっそり送るようにしましょう。例えば、彼が落ち込んでいるとわかったら、彼の「メールボックス」の中にキャンディーを置いたりして、彼に家族の関心や愛情を感じさせてあげてください。

ゲームが一週間進行したら、感想を書いて下さい。その後、そのままゲームを続けても構いません。



親のための自修室

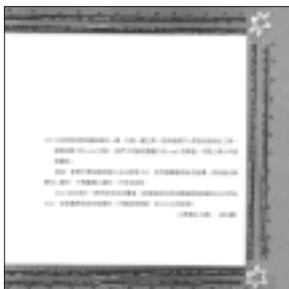
青少年のICQ利用は、親が阻止すべきなのか？

ICQ (I Seek You) は、一種の即時通信ソフト (Chat Messengers Software) です。このソフトさえあれば、ネット利用者は、チャットルームまたはチャットサーバーを使わなくても、お互いに即時に情報を交換することができます。ネット利用者は、ICQの正式ホームページ (www.mirabilis.com) から、ソフトをダウンロードすることができます。

ICQが今青少年の間で大人気なのは、否定できない事実です。突破機構が1999年11月から12月まで行ったアンケートの結果によると、調査を受けた1409人の学生の中で、50%近くがICQを使っています。ICQに関する報道は、マイナスの面を強調する傾向があります (ICQを使うことによって、青少年がウソをついたり、学生の作文能力が低下したり、夫婦の性生活に悪影響を及ぼしたり、青少年が危ないネットフレンドと会ったりする等)。こういう報道を見ると、親としては、心配にならないはずがありません。

子どものICQ利用を阻止すべきかどうか、親として判断を下す前に、まず次のことを考えてみて下さい。

1. ICQは多くの即時通信ソフトの中の一つに過ぎません。AOL Instant Messengers、MSN Messengers、EGNなどのようなソフトは、すべてICQと同じ機能を持っており、利用する人も少なくありません。もし親が子どものICQ利用を禁止すれば、他の即時通信ソフトの利用も同じように禁止すべきです。なぜなら、他の即時通信ソフトも似たような問題を抱えているからです。
2. ICQは他の即時通信ソフトと同じで、一種の手段に過ぎません。どのような影響をもたらすかは、その人の利用方法にもよります。私たちは「ラインゲーム」に悪影響があるからといって、青少年に電話を利用させないわけにはいきません。それと同じです。



つまり、親は、子どものICQ利用を阻止するのではなく、積極的に指導してあげることが大切です (知らない人とのチャットを避けること、個人情報を読らさないこと、病みつきにならないこと等)。

ICQがこんなに流行るようになったのは、それなりの存在価値があるからです。適切に利用すれば、ICQも普通に楽しめるはずなのです。

(『親もネットを利用しよう』・梁科慶)



自主的な消費態度

子どもがお小遣いの使い方をうまく身につければ、財務管理の第一歩を踏み出したと言ってもよいでしょう。

親はいつも「一番良いものを子どもに与えたい」と願っていますが、「親」こそ子どもにとって一番大切な存在であることを忘れてはいけません。



資料館

アメリカでは、感謝祭の翌日を、「国際ノーショッピングデー」としています。西洋の習慣では、実はこの日からクリスマスプレゼントを買い始めます。この日一日、買い物をしないよう呼びかけることで、人々に自分の消費習慣や消費主義及びその影響を意識してもらうことが大きな目的です（詳細は以下のホームページ<http://www.adbusters.org/campaigns/bnd/>参照）。

現在世界では、全人口の20%が地球資源の80%を使っています。私たちはいつも何らかの理由で必要のない買い物をしています（コマーシャルの宣伝やファッションの影響、時間潰し、一時的な興味など）。しかし、このような消費習慣は環境にマイナスの影響をもたらしています。熱狂的な消費習慣から脱け出し、一日買い物（消費）をしないよう、家族全員でチャレンジしてみましょう！



スーパー広告広場

「賢明な消費者」になりましょう。安い物を探すのではなく、自分に必要なものだけを購入しましょう。

【ゲームルール】

家族全員で一人ずつ自分が一時的な衝動で買った、あまり役に立たないもの一つ選んで下さい。そして当時の購入理由を分析して下さい。



家族全員で「賢明な消費者」になるよう頑張りましょう

1. 自分のニーズをはっきりしておくこと
2. 自分に必要なものだけを買うこと
3. 衝動買いしないこと

サイン _____ サイン _____

サイン _____ サイン _____



親のための自修室

「金銭本位」の一代（概要）

お金は青少年の心の中でどのような地位をしめているのでしょうか？これは検討すべき大事な問題です。何年前に行われた青少年の消費観念と価値観に関する調査の結果によると、青少年は「お金は重要だが、家族や友達ほど大切ではない」と考えているようです。

「お金が重要」という子どもの考え方は、香港の消費社会を象徴する拝金主義の社会背景と関係深いものです。家庭内で、親はいつも意識せずに、お金が大切だと強調しています（電気製品を購入する際、「もしお金があれば、もっと大きいテ

レビが買えるね？」とか、子どもの成績が悪い時「ちゃんと勉強しなければ、良い仕事が見つからないよ。お金を稼げないと、家族はどうする？」等)。

社会の消費文化もいろいろな面で影響をもたらしています。有名な芸能人が華麗な装いで高級レストランに入ったり、豪華なマンションを持ったり、高級車や自家用ボートで遊びに行ったりするなどのような情報は、絶えずメディアを通じて、社会各階層の中に浸透していきます。コマーシャルは、さらにこのような情報を誇張して宣伝しています(あるブランドを着ることが成功の象徴だとか、ある食品を食べれば綺麗になる等)。これらはすべて、成長中の子どもを誘惑しているのです。

子どもはこのような文化の影響の下で、自然に「金銭万能」という観念を持つようになり、いろいろな手段でお金を獲得しようとします(親にねだったり、友達に玩具等モノを売りつけたり、アルバイトをしたり、賭博をしたり等)。しかし、子どもは、お金に対して疑いを抱いたりすることもあります(親がお金のことで喧嘩する時や、親が子どもに愛情の代償にお金や物質的なものを与える時、友達がお金のために裏切る時等)。

青少年に正しい金銭観念を植え付けるためには、親は、まず自ら模範を示さなければなりません。親が拜金主義者なら、子どもも同じように、お金を重視する人間になってしまうのです。

正しい金銭観念とは何でしょうか?簡単に言えば、お金を大切に使うけれども、お金以外のもの(家族や友達、夢、勉強、健康、社会奉仕等)もそれ以上に大切にすることです。そのためには、子どもが小さい時から、次のように指導しましょう。

1. 子どもにお金の意義を理解してもらうこと
2. お金を奨励として与えないこと
3. 子どもに必要なお金を援助してあげること
4. 子どもがうまくお金を使うように指導してあげること
5. 子どもに家庭の経済状況についてわかってもらうこと

(『親の共通認識』・林植森)

「消費方式から青少年の価値観を検討する：香港青年商会の1994年度主要課題についての計画」。香港：香港青年商会、1994年。



親のための自修室

テレビメディアをうまく活用しよう(概要)

テレビは健康的な良い情報を流す一方で、悪い情報をも伝えます。家庭のメディア教育の目的は、親子が協力し合い、子どもの情報の質を見極める能力を伸ばすことです。テレビによって伝えられた情報や価値観を青少年自らが批判的に受け入れ、主体的かつ合理的にテレビを見る習慣を身につけるようになってほしいと思います。

家庭のメディア教育を推進するためのテクニックとして、以下の方法をご参照下さい。

1. テレビの代用品を探してみよう

多くの親は、子どもがいつもテレビばかり見ていると不満をもらしています。



だからと言って、子どものためにテレビの代用品を探そうとはしていません。私は『365 TV-free Activities』という英文の本を読んだことがあります。そこには、親子で楽しむさまざまな活動が紹介されています。その著者は、「もし親が時間を作って、子どもと一緒に有意義な活動をしてあげれば、子どももテレビに夢中になることはない」と主張しています。

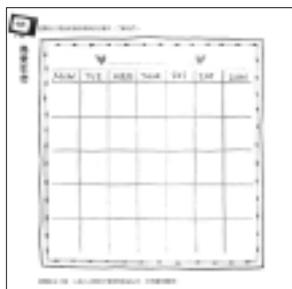
テレビと闘おうとするならば、親は、まず子どものために、テレビ以外の家庭活動を開拓する必要があります（子どもと一緒に碁を打ったり、新聞を読んだり、運動場に行ってテニスをしたり、遠足に行ったり、博物館に行ったり、社会活動に参加したり等）。テレビを見ることは別に悪いことではありません。しかし、他の活動に参加することで、バランスを取る必要があります。実際、子どもはテレビだけに興味を持っているわけではありません。ただ、親から、他の活動に参加する機会を提供してもらっていないだけなのです。また、テレビをベビーシッターにしている親もいます。子どもがテレビを見れば、自分が面倒を見なくてもいいからです。親は、子どものために、テレビ以外の健康的な家庭活動を提供しているかどうか、今一度自問する必要があります。



2. 子どものために「テレビメニュー」を作ろう

テレビを見ることを、健康的な活動にすることも可能です。重要なのは、適当に時間を使って、良い番組をより多く見ることです。親として、テレビにロックをかけたり、テレビを禁止したりする必要はありません。代わりに、子どものために、健康的な「テレビメニュー」を作り、子どもの見る番組の質と量を調整しましょう。

まず、家族全員のテレビ視聴習慣を観察し、子どものテレビ視聴時間や番組内容を把握しておきます。次に、テレビを見るスケジュールを作ります。例えば、毎週、テレビ番組のスケジュール表を持って子どもと一緒に相談します。親は、「テレビメニュー」の原則を説明する時、子どもの意見を聞いたり、一緒にディスカッションをしたりして、みんなの納得できる結論を出すよう心がけましょう。



命を大切に

毎晩、子どもと話す時間を作り、子どものことを理解するよう心がけましょう。人と人の中には、衝突と喧嘩よりも愛と関心がより必要であることを、子どもに教えて下さい。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日



資料館

青少年の自殺徴候（親のための参考資料）

<http://edcgs.hkcampus.net/english/guidance/suicide/signs.htm>

生命ホットライン－自殺真相

http://www.lifehotline.org/about_suicide.htm

大多数の青少年自殺者は、自殺する前、ほとんどためらいを感じず、人に自殺する意欲を漏らすことも極めて少ないようです。しかし、もっと注意深く彼らの日常行為や情緒を観察すれば、いくつかの徴候を発見することができるでしょう。

突然沈黙して、話をしなくなる

飲食習慣が突然変わったりする

自分の好きなものを人に送ったり、日記や手紙、写真などを焼却したりする

銀行にあった貯金を両親に渡したりする

宗教や来世のことに突然深い興味を持つようになる

好きだったものに興味を失ってしまう

（インターネット：香港サマリア自殺防止会）

民主党青少年成長発展研究社で実施した「2001年度児童とストレスに関するアンケート調査」の結果によると、半数以上の調査対象がストレスを感じています。原因としては、学業/勉強（55.9%）や人間関係（家族、クラスメート/友達・同世代の人、先生・目上の人）（50.2%）などが挙げられています。詳しい調査報告については、次のホームページをご参照ください：

http://www.dphk.org/local_branch/nte_press/nte010902.htm

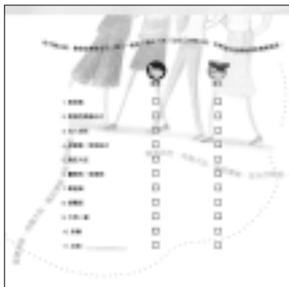


私のストレス解消法

テレビドラマや映画の中では、主人公がストレスを解消するために、お酒を飲んだり、海に向かって叫んだり、大金を使って買い物をしたり、屋上に座るなど、いろいろな方法を取っています。しかし、脚本家の多くは、もう一つの重要な解決方法を忘れてしています。それは、家族や友達と相談することです。

落ち込んでいる時、あなたは気分転換するために、何をしますか？次の表の中からあなたの気晴らし方法を選んで下さい。

- | | |
|--------------|---------------------|
| 1. ヘアカットに行く | 2. 自分のために買い物をする |
| 3. 人に相談する | 4. 運動して、リラックスする |
| 5. たくさん食べる | 6. 絵を描いたり、文章を書いたりする |
| 7. 音楽を聴く | 8. 電話をかける |
| 9. 激しく泣いたりする | 10. 祈祷する |
| 11. その他 | |



親のための自修室

生死の境界線で彷徨っている少年

今まで私はいろんな読者から手紙をもらっています。すぐに返信を書くことにしていますが、急な対応を要する手紙（例えば、自殺関連等）にはいつも真っ先に返事を出すよう努めています。



最近香港では、生徒の自殺事件が多くなりました。自殺者は、小学校4、5年生から中学校6、7年生までさまざまです。彼らの自殺原因は、先生に罰せられたり、成績が悪かったり、親に叱られたり、失恋などが多いようですが、次のような共通点もあります。

自己否定

前文の主人公小猫ちゃんが一つの例です。彼女は家にいる時、いつも無視され、よく叱られます。学校にいる時は、友達もいないし、成績も悪いし、よく苛められます。彼女はコンプレックスを抱いて、いつも落ち込んでいます。そこへまた別の困難が襲いかかってきた時、彼女はとうとう耐え切れなくなり、自殺という逃げ道を選ぼうとしたのです。

内外からの圧力

先生や親の期待、他人の視線などすべてが圧力となります。一番大きな圧力は、やはり自分からのものです。この現象は、成績の良い、いわゆる「優等生」によく見られます。彼らは、自分が一番良い状態を保ち、人から褒めてもらうことを望んでいるので、いつも自分に厳しさを求めています。しかし、望みどおりにならない時、巨大なストレスに耐え切れず、ひどく落ち込んでしまうのです。

問題家庭

自殺傾向のある子どもの中には、家庭に精神的なサポートを望めないケースも多々あります。関連研究によると、このような子どもは、いわゆる問題家庭（両親の仲が悪い、両親から面倒を見てもらえない、両親が離婚したなど）に多いようです。家庭内の問題で子どもが悩み苦しんでいる時、家族から慰めてもらったり、サポートしてもらえなかったりすると、子どもは、自殺で問題解決しようとしています。これは、大人に対する訴えでもあり、大人の注意を引こうとする行為でもあります。



小猫ちゃんから手紙が来た日の翌日、私はすぐ彼女に返事を書きました。数日後、また彼女から手紙が来ました。

「林植森さん、返事を書いてくれて本当にありがとう。きっと無視されると思いました。でも、あなたのような外国の友達がいたとしても、私は元気になれません。私が小さい時、アメリカに移住した友達がいたけれど、二回ぐらい文通してから連絡をしなくなってしまいました。でも、今、あなたは、私が一番信用できる人です。私の秘密をこれからも聞いてください…」

小猫ちゃんは、手紙の中で、彼女が小さい時に、どのように苛められ、またどのように恨みを抱いて自殺したくなるまで苦しんでいたかを書きました。最後のところで、彼女は、私と知り合ったことを喜んでいるようでした。「もっと早く私と知り合っていたら、このようなことを心の中で秘密にしなくてもよかったのに…」とも言いました。

また、小猫ちゃんから恨みのある秘密を聞いた時、私はがっかりはしませんでした。毎回返事を書く時、私はこの数百字で何かを変えようとは思いませんでした。ただ関心を示して、励ましてあげようと努力しただけです。青少年関係の仕事をしている人間として、私は彼らに受け入れてもらうことだけでも、けっこう

満足できたと思います。彼らが自信を持ち、将来に対して夢を持てるよう、これからも頑張っていきたいと思います。これは私の仕事の目標でもあります。

子どもが経験したつらいことは事実であり、変えようがありません。人と寛容な態度で付き合うことを身につけることができれば、すべての問題が解決できるはずですが、しかし、本当に許すことができるためには、イエスの助けが必要です。「神を信じれば、人が生まれ変わる。過去のことが過ぎ去って、すべてが新しくなる」聖書にはこう書かれています。

心から自分を変えれば、自分と他人の足りないところをも受け入れられるようになります。そして、元気を出して、明るい未来への道を歩いていくことができます。期待できる将来を見せるのは、生死の境界線を彷徨っている子どもを救うための一番効果的な方法だと思います。

子どもの親たちへ：子どもが健康に成長するためには、道徳、知力、体育などについての教育が必要です。しかしそれ以上に重要なのは、美しい心を育てることです。

（『親の共通認識』・林植森）



第三の目でファッションを見る

子どもの教育で難問にぶつかったら、他の人に相談しましょう。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日

ほんのひと言が、子どもの長年作り上げた自己認識を破壊することもあります。



資料館

青少年がファッションを追いかける二つの主因

ファッションの多様性

日々変化するファッションというものは、いつも新鮮な刺激を求めている青少年の心理に最も合っています。例えば、テレビゲームは、10何年前から男の子に大人気の遊びとして、今でも衰える傾向はありません。それは、テレビゲームが、常に変化・進化し続けているからです。流行のゲームに飽きがこないうちに、また新しい種類が登場します。

一般的に女の子は、ポップミュージックが大好きです。レコード会社は、若者の心理を利用して、格好いいアイドル歌手を作り出しています。曲と歌詞についてはあまり重視していません。

ファッションがこんなに人気を博すことができたのは、いろいろな方式を利用したり、いろいろな場合に登場したりしているからです。例えば、ポップミュージックは、アイドル歌手の演出だけでなく、アイドル歌手の写真が入っている文房具やポスター、飾り物、コンサート、テレビ番組、更に最近はネットも含め、いろいろな経路を通じて宣伝されています。青少年は、よく日常の学校や家での

生活が退屈だと思っているので、ファッションを追いかけるようになるのです。

自己肯定

ファッションは子どものアイデンティティ形成にも役立つことができます。この手のアイデンティティは、現実から離れた幻のようなものが多いのですが、子どもに一種の満足感を与えることができます。

服装の例を挙げてみましょう。子どもはいつも友達とデザインやブランドの似ている服を着ています。こうしてお互いを認め合うことで、帰属意識が強くなり、更に自信もアップできるのです。

(『親の共通認識』・林植森)

誰と似ているのか？

メディアによく出てくる俳優やアニメキャラクターなどは、ある程度現実の一部分を表現しています。彼らから、自分の姿を見つけ出してみましょう。家族全員で、それぞれ自分と似ている俳優やアニメキャラクターを選び、その性格や特質について、みんなで話し合ってみましょう。



家族 メディア人物 似ているところ

忠実なファンになろう

多くの青少年がアイドルのことを忠実に支持していますが、あなたは同じように家族のことを支持できますか？ルックスや性格に関係なく、いつものように彼らのことをサポートしてあげられるでしょうか？また、彼らの夢を実現するために、どのようなサポートをしてあげるつもりですか？



家族 サポート相手になる家族 サポート方式

あなたは誰に似ていることを望んでいるのか？

自分の模範として気に入っている人もしくは尊敬している人が、あなたにはいますか？あなたは目標を達成するために、どのように実行していくつもりですか？

親のための自修室

ファッションを追いかける少年

青少年がファッションを追いかけるのは、仕方ないことです。親たちも、子どもの頃は、陳宝珠や李小龍の大ファンだったに違いありません。子どもを持つ親になってからも、何かしら追いかけているはずですが。親子一緒にファッションを追いかけてみるのもまたひとつの方法です。



1. ファッションを見極めよう

ファッションに対する豊富な認識を持っているのは親より子どものほうですが、ファッションを分別する能力は親のほうが強いはずですが。ですから、親は、ファッ

ションが商人の作り物に過ぎないことを子どもに教えてあげるべきだと思います。商人は、エンターテインメントを提供して、その中から利益を求めることを目的としています。彼らは、儲けるためなら、不正な手段を使うこともあります（事実を誇張して言ったり、消費者に同調する等）。消費者は、それを用意深く弁別し、商品を選ぶ必要があります。

メディアは、ファッションと切っても切れない関係にあります。ですから、親は、子どもにメディアのことについても教えましょう。メディアの普及によって、多くのファッション情報が、メディア（テレビや新聞、雑誌、ラジオ、ネット等）を通じて流されています。今や、子どもは、情報化社会における最も大きなメディア利用者でもあります。彼らに、各種メディアの特徴や内容の読み解き方について教えることは親のつとめでもあります。これが、いわゆるメディア教育です。青少年の成長に関心を持つ団体は、最近、このメディア教育に力を入れ始めています。

2. ファッションを批判しよう

ファッションは、子どもに悪い影響ももたらすことがあります。親は、子どもにその弊害を理解させ、盲目的に追いかけてたりしないよう、指導する必要があります（迷信的な星座運勢やボルノ雑誌、汚い言葉遣い等）。

3. 自分でファッションを作ろう

ファッションは、人間によって作られたものです。ですから、親も、ファッションの創造者になれるはず。親が家庭で身をもって健康な文化を推進すれば、子どももその真似をするでしょう（尊敬し合うことや、環境を保護すること、生活を楽しむこと、運動すること、規律正しく暮らすこと、ユーモアを持つこと等）。

平和大使

この地球村で暮らしている以上、私たちは、いつも平和を望み、助け合ったり愛し合ったりするべきです。愛情の大切さを子どもに実感してもらうため、子どもと一緒に、被災地の人々へプレゼントを贈ってみましょう。

また、災害や不幸に関するニュースの一つを選び、どのように被災者や不幸の主人公を慰めたり、支援すればよいか、子どもに考えさせましょう（親の協力、指導も可）。

それから、親子一緒に、慰めや支援の気持ちを表すプレゼントを作りましょう。たとえ小さいカード一枚だけでも、人に無限の愛情を送ることができます。

できたプレゼントを、ニュースが掲載された報道機関に送りましょう。終わったら、親子一緒に、感想を書いておきましょう。

親のための自修室

子どもが災難報道を見る時の指導要領について

各種メディアの普及によって、時間と空間の制限を越え、情報が伝わるようになってきました。全世界の人々が、同時に災害や不幸を目撃する、そんな時代になりました。大人ですら正視できないような不幸な場面がメディアで映し出されたら、親は子どもの反応に対し、どんな注意を払ったらよいのでしょうか。アド



バイスは次のとおりです。

- ・現実のことも虚構の危険でも、同じように焦りや不安を起こす。
- ・恐怖感、恐怖事件に対する自然な反応である。
- ・五歳以下の子どもは、真偽を弁別する能力がないので、メディアの報道を見ても、自分がその場にいたように怖くなる。
- ・内心の恐怖を具体的に表現できる子どもがいる（咽んだり、泣いたり、焦って不安になったり、興奮したりする）。
- ・たとえ小さい子どもでも、成人の恐怖や焦りを感じることができる。

子どもが恐怖を克服できるように助けてあげよう

- ・彼らの恐怖を認めてあげる一方、できるだけ安心感を与えるようにする。
- ・よく子どもを観察して、子どもがどの程度災難報道を受け入れるか、正確に把握する。
- ・彼らの恐怖を真面目に扱うべき。無視してはいけない。
- ・落ち着いて反応したほうがよい。過激な反応や言葉は、彼らをもっと不安にさせてしまう。
- ・抱いたりしてあげれば、彼らに安心感を与えることになる。
- ・子どもが災難報道を見る回数を制限する。

備忘録：

正常な生活を維持すること：

災難に遭ったら、子どもも大人と同じように、正常な生活を望むようになる。各家では正常な生活を維持すべき。

安心感を重視すること：

災難報道を見る時、子どもは不安を強く感じるので、親は普段から時間を作り、一緒にいたり抱いたりして、安心感を与えるべき。

子どもと一緒に災難に面する時の感想について話をすること：

親は積極的に子どもの不安に反応して、彼らの災難に対する感想に耳を傾け、彼らを愛していることや彼らの安全に関心を持っていることについて強調するべき。小さい子どもの場合は抱いたりしてあげて、青少年の場合は、彼らに感想を話してもらい、彼らの悲しみを分かち合うこと。

続けて災難報道を見ないこと：

親は子どもと一緒にニュースを見てから、感想を話し合ってもいいが、継続的に繰り返して災難報道を見ることはよくない。

学校と連絡を保つこと：

災難はいつも人々の話題になるので、親は子どもが学校で何を聞いたか、友達と何を喋ったか、どんな感想だったかについても把握すべき。子どもの心の中にある恐怖感、不安は短時間では消えないので、家族全員で災難と闘うべき。

